1000 ВКУСНЫХ БЛЮД

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

В книге «1000 вкусных блюд» описывается способ приготовления и дается рецептура 1000 различных кушаний. Кроме того, без соответствующей нумерации дается описание приготовления блюд, для которых не указана точно рецептура.

Книга предназначается для домашних хозяек города и деревни.

- ПРЕДИСЛОВИЕ
- ПИЩА-ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ И ЭНЕРГИИ
- СОСТАВ ПИЩИ
- ПОДАЧА ПИЩИ НА СТОЛ
- ЗАКУСКИ
- ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ
- БУТЕРБРОДЫ
- 1. БУТЕРБРОДЫ ОТКРЫТЫЕ
- 2. БУТЕРБРОДЫ ЗАКРЫТЫЕ
- 3. БУТЕРБРОДЫ НА ПОДЖАРЕННОМ ХЛЕБЕ
- 4. БУТЕРБРОДЫ СЛОЕНЫЕ
- САЛАТЫ И ОВОЩНЫЕ ЗАКУСКИ
- ЗЕЛЕНЫЕ САЛАТЫ
- 5. САЛАТ СО СМЕТАНОЙ
- 6. САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ СО СМЕТАНОЙ
- 7. САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ С СОУСОМ ИЗ УКСУСА И РАСТИТЕЛЬНОГО МАСЛА
- 8. РЕДИС РАННИЙ
- 9. САЛАТ ИЗ РЕДИСА С МАЙОНЕЗОМ
- 10. САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ И СМЕТАНОЙ
- 11. САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК
- 12. САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ
- 13. САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ФРУКТАМИ ИЛИ ЯГОДАМИ
- 14. САЛАТ ИЗ ЧЕРНОЙ РЕДЬКИ
- 15. САЛАТ ИЗ МАРИНОВАННОГО ЛУКА
- САЛАТЫ ИЗ РАЗЛИЧНЫХ ОВОЩЕЙ
- 17. САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ И КАРТОФЕЛЯ
- 18. САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЛУКОМ
- 19. САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ХРЕНОМ
- 20. САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ С ВЕТЧИНОЙ ИЛИ СЕЛЕДКОЙ
- 21. САЛАТ ИЗ БОБОВ С СОУСОМ ИЗ СМЕТАНЫ С ГОРЧИЦЕЙ
- 22. САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ, ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА И

ФАСОЛИ
- 23. САЛАТ ИЗ ВАРЕНОГО СЕЛЬДЕРЕЯ
- 24. ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ
- 25. ВИНЕГРЕТ МЯСНОЙ ИЛИ РЫБНЫЙ
- 26. САЛАТ ИЗ МАРИНОВАННЫХ ГРИБОВ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ. МАСЛОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ
- СЛАДКИЕ САЛАТЫ
- 27. САЛАТ ИЗ ЯБЛОК ИЛИ ГРУШ
- 28. САЛАТ ИЗ МОЧЕНЫХ ЯБЛОК
- 29. САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ И ЯГОД
- 30. САЛАТ ИЗ МАРИНОВАННЫХ СЛИВ
- 31. САЛАТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ
- ПРОЧИЕ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСКИ
- 32. ОГУРЦЫ ФАРШИРОВАННЫЕ
- 33. ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦАМИ
- 34. ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСНЫМ, РЫБНЫМ ИЛИ ОВОЩНЫМ САЛАТОМ
- 35. ЛУК ФАРШИРОВАННЫЙ
- ЗАКУСКИ ИЗ ЯИЦ И ТВОРОГА
- 36. ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ ПОД РАЗНЫМИ СОУСАМИ
- 37. ЯЙЦА В ПОМИДОРАХ
- 38. ЯЙЦА В ВЕТЧИНЕ
- 39. ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ВЕТЧИНОЙ
- 40. ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ
- 41.ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ СЕЛЕДКОЙ
- 42. СЫР ВАРЕНЫЙ
- 43. ЯЙЦА ИЗ ТВОРОГА
- ЗАКУСКИ ИЗ РЫБЫ
- 44. ЩУКА ФАРШИРОВАННАЯ В ЖЕЛЕ
- 45. РЫБА ЗАЛИВНАЯ, ФАРШИРОВАННАЯ КУСКАМИ
- 46. РУЛЕТ ИЗ ЩУКИ
- 47. СНЕТКИ ИЛИ РЯПУШКА ЖАРЕНЫЕ
- 48. РЯПУШКА ЖАРЕНАЯ В МАРИНАДЕ
- 49. РЫБА В ОВОЩНОМ МАРИНАДЕ
- 50. ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ РЫБЫ ЗАЛИВНЫЕ
- 51. ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ
- 52. РЫБА КОПЧЕНАЯ ПОД СОУСОМ ИЗ ТОМАТА И РАСТИТЕЛЬНОГО МАСЛА
- 53. СЕЛЬДЬ ПОД СОУСОМ ИЗ ХРЕНА
- 54. СЕЛЬДЬ ПОД МАЙОНЕЗОМ
- 55. СЕЛЬДЬ ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ
- 56. СЕЛЬДЬ В РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛЕ С ПОДЖАРЕННЫМ ЛУКОМ

- 57. СЕЛЬДЬ В РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛЕ С ЖАРЕНЫМИ ГРИБАМИ
- 58. СЕЛЬДЬ С ГАРНИРОМ ИЗ ОВОЩЕЙ
- 59. РОЛЬМОПС
- 60. РОЛЬМОПС С ЯБЛОКАМИ
- 61. СЕЛЬДЬ РУБЛЕНАЯ
- МЯСНЫЕ ЗАКУСКИ
- 62. ПОРОСЕНОК ЗАЛИВНОЙ
- 63. ПОРОСЕНОК ЖАРЕНЫЙ ФАРШИРОВАННЫЙ
- 64. РУЛЕТ ИЗ СВИНОЙ ГРУДИНКИ
- 65. РУЛЕТ ИЗ ГОЛЯШКИ
- 66. РУЛЕТ ИЗ СВИНОЙ ГОЛОВЫ
- 67. МЯСНОЙ СЫР
- 68. ЯЗЫК ЗАЛИВНОЙ
- 69. ЗАКУСКА ИЗ РУБЛЕНОГО ОКОРОКА
- 70. ЖАРЕНАЯ ТЕЛЯЧЬЯ ЗАДНЯЯ НОГА
- 71. РУЛЕТ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ
- 72. ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ЗАЛИВНЫЕ
- 73. ЖАРКОЕ ИЗ РУБЛЕНОГО МЯСА
- 74. КУРИЦА ЗАЛИВНАЯ
- 75. КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ ЗАЛИВНАЯ
- 76. КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ ЖАРЕНАЯ
- 77. ЦЫПЛЯТА ЖАРЕНЫЕ (БЕДРЫШКИ)
- 78. ГУСЬ ИЛИ УТКА ЖАРЕНЫЕ С ЯБЛОКАМИ
- 79. ИНДЕЙКА ИЛИ КУРИЦА ЖАРЕНЫЕ СО СЛИВАМИ
- 80. СЫР ИЗ ПТИЦЫ
- 81. ГУСИНАЯ ИЛИ УТИНАЯ ШЕЙКА ФАРШИРОВАННАЯ
- 82. ПЕЧЕНКА С ЖАРЕНЫМ ЛУКОМ
- 83. КОЛБАСА ЛИВЕРНАЯ
- 84. ПАШТЕТ ИЗ ПЕЧЕНИ СО ШПИКОМ
- 85. СТУДЕНЬ
- ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ
- 86. ФОРШМАК
- 87. ФОРШМАК В БУЛКЕ
- 88. МОЗГИ В МИСОЧКАХ
- 89. ПОДЖАРЕННЫЙ ХЛЕБ С ЛУКОМ
- 90. ГРИБНЫЕ ПАШТЕТЫ
- 91. КОЛБАСА С ПОМИДОРАМИ
- 92. ЗАПЕКАНКА ИЗ СЕЛЬДИ
- СУПЫ
- БУЛЬОНЫ
- 94. БУЛЬОН КОНЦЕНТРИРОВАННЫЙ
- 95. БУЛЬОН ИЗ КОСТЕЙ
- 96. БУЛЬОН ИЗ ПТИЦЫ

- 97. РЫБНЫЙ БУЛЬОН
- 98. БУЛЬОН ОВОЩНОЙ
- СУПЫ, ЗАПРАВЛЕННЫЕ СМЕТАНОЙ
- ПОДГОТОВКА КОРЕНЬЕВ ДЛЯ ЗАПРАВОЧНЫХ СУПОВ
- 99. БОРЩ
- 100. СУП ИЗ СВЕКЛЫ С ГРИБАМИ
- 101. БОРЩ ЛИТОВСКИЙ
- 102. БОРЩ С СОСИСКАМИ
- 103. БОРЩ С ОКОРОКОМ ИЛИ БАРАНИНОЙ
- 104. ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ
- 105. ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ
- 106. РАССОЛЬНИК С ПОЧКАМИ
- 107. СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ
- 108. РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ
- 109. СУП ИЗ ТЕЛЯТИНЫ СО СКРИЛЯЙ
- 110. СУП ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ С ГРИБАМИ
- 111. СУП ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ С КАРТОФЕЛЕМ
- 112. СУП С МАКАРОНАМИ
- 113. СУП ИЗ ПОМИДОРОВ С РИСОМ
- 114. СУП РИСОВЫЙ С ЛИМОНОМ
- 115. СУП РЫБНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ И КАРТОФЕЛЕМ
- 116. СУП ОВОЩНОЙ
- 117. СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ
- 118. СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ
- 119. СУП ОВОЩНОЙ С МАКАРОНАМИ
- 120. СУП ЩАВЕЛЕВЫЙ
- 121. СУП ИЗ КРАПИВЫ
- 122. СУП ИЗ СВЕЖИХ ГРИБОВ
- 123. СУП РАКОВЫЙ
- 124. СУП ПИВНОЙ
- ПРОЗРАЧНЫЕ СУПЫ
- 125. БУЛЬОН ПРОЗРАЧНЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ С КОСТЯМИ
- 126. БУЛЬОН КУРИНЫЙ
- 127. БУЛЬОН С ОВОЩАМИ
- 128. БУЛЬОН С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ
- 129. БУЛЬОН С МАКАРОНАМИ
- 130. БУЛЬОН С РИСОМ
- 131. БУЛЬОН С КЛЕЦКАМИ
- 132. БУЛЬОН С ПЕЛЬМЕНЯМИ
- 133. БУЛЬОН С ФРИКАДЕЛЬКАМИ
- 134. БУЛЬОН ГРИБНОЙ С ПАШТЕТНЫМИ ГРЕНКАМИ
- 135. БОРЩ С УШКАМИ
- ГАРНИРЫ (ДОБАВЛЕНИЯ) К ПРОЗРАЧНЫМ СУПАМ
- 136. НАЛИСТНИКИ С МЯСОМ

- 137. ГРЕНКИ С ПАШТЕТОМ
- 138. ПИРОЖКИ РАССЫПЧАТЫЕ С МЯСОМ
- 139. КРОКЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ
- 140. ГРЕНКИ ИЗ БУЛКИ (ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)
- СУПЫ-ПЮРЕ
- 141. СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ
- 142. СУП-ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ
- 143. СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ
- 144. СУП-ПЮРЕ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ
- 145. СУП-ПЮРЕ ИЗ ПОМИДОРОВ
- 146. СУП-ПЮРЕ ИЗ ФАСОЛИ
- 147. СУП-ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА
- 148. СУП-ПЮРЕ ИЗ РИСА
- 149. СУП-ПЮРЕ ИЗ ЛУКА
- 150. СУП-ПЮРЕ ИЗ СВЕЖИХ ГРИБОВ
- 151. СУП-ПЮРЕ ИЗ ПТИЦЫ
- 152. СУП-ПЮРЕ ИЗ ПЕЧЕНКИ
- 153. СУП-ПЮРЕ ИЗ ЩАВЕЛЯ И ШПИНАТА
- СУПЫ МОЛОЧНЫЕ
- 154. СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВОЩАМИ
- 155. СУП МОЛОЧНЫЙ ИЗ ТЫКВЫ С КАРТОФЕЛЕМ
- 156. СУП МОЛОЧНЫЙ ИЗ ТЫКВЫ С КЛЕЦКАМИ
- 157. СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ
- 158. СУП МОЛОЧНЫЙ С МАННОЙ КРУПОЙ
- 159. СУП МОЛОЧНЫЙ С КЛЕЦКАМИ
- 160. СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ
- 161. СУП МОЛОЧНЫЙ С ЛИТЫМИ КЛЕЦКАМИ
- 162. СУП МОЛОЧНЫЙ С КАРТОФЕЛЬНЫМИ КЛЕЦКАМИ
- ХОЛОДНЫЕ СУПЫ
- 163. ХЛЕБНЫЙ КВАС
- 164. СВЕКОЛЬНЫЙ КВАС
- 165. БОРЩ ХОЛОДНЫЙ ЛИТОВСКИЙ
- 166. БОРЩ ХОЛОДНЫЙ СО ЩАВЕЛЕМ.
- 167. БОРЩ ХОЛОДНЫЙ ИЗ МОЛОДОЙ СВЕКЛЫ
- 168. БОРЩ ХОЛОДНЫЙ С ЯБЛОКАМИ
- 169. ХОЛОДНИК ИЗ ПОМИДОРОВ
- 170. ОКРОШКА
- СЛАДКИЕ СУПЫ
- 171. СУП ИЗ ФРУКТОВ И ЯГОД
- 172. СУП ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ
- 173. СУП ХОЛОДНЫЙ ИЗ ЗЕМЛЯНИКИ И КЛУБНИКИ
- 174. СУП ХОЛОДНЫЙ ИЗ ЧЕРНИКИ С КЛЕЦКАМИ
- 175. СУП ИЗ ВИШЕН
- 176. СУП ИЗ РЕВЕНЯ

- 177. СУП ИЗ КРЫЖОВНИКА С МАКАРОНАМИ
- 178. СУП ИЗ СЛИВ
- 179. СУП ИЗ ЯБЛОК
- 180. СУП ВИННЫЙ
- 181. СУП ХОЛОДНЫЙ ИЗ ПИВА
- 182. СУП МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ
- 183. СУП ХЛЕБНЫЙ С ФРУКТАМИ
- ВТОРЫЕ БЛЮДА
- РЫБА
- ЩУКА
- 184. ЩУКА ОТВАРНАЯ ПОД ПОЛЬСКИМ СОУСОМ
- 185. ЩУКА ОТВАРНАЯ ПОД ГОЛЛАНДСКИМ СОУСОМ
- 186. ЩУКА ФАРШИРОВАННАЯ С КИСЛО-СЛАДКИМ СОУСОМ
- 187. КНЕЛИ ИЗ ЩУКИ
- 188. ЩУКА ПРИПУЩЕННАЯ (ПАРОВАЯ) ПОД СОУСОМ ИЗ ХРЕНА
- 189. ЩУКА ПРИПУЩЕННАЯ (ПАРОВАЯ) С ГРИБАМИ
- 190. РУЛЕТ ТУШЕНЫЙ (ИЗ ЩУКИ)
- 191. ЩУКА ЖАРЕНАЯ
- 192. РУЛЕТ ЖАРЕНЫЙ (ИЗ ЩУКИ)
- КАРП, КАРАСЬ, ЛЕЩ, ЛИНЬ
- 193. КАРП, ЛЕЩ ИЛИ ЛИНЬ, ОТВАРЕННЫЕ В МОЛОКЕ
- 194. КАРП, КАРАСЬ, ЛЕЩ ИЛИ ЛИНЬ, ТУШЕННЫЕ (ПРИПУЩЕННЫЕ) В СЛИВКАХ
- 195. ЛЕЩ ИЛИ КАРАСЬ, ТУШЕННЫЕ (ПРИПУЩЕННЫЕ) В ХРЕНЕ
- 196. КАРП, ЛЕЩ, ЛИНЬ ИЛИ ТРЕСКА, ФАРШИРОВАННЫЕ КУСКАМИ
- 197. ЛИНЬ, ТУШЕННЫЙ (ПРИПУЩЕННЫЙ) С ГРИБАМИ В ВИНЕ
- 198. КАРП, ТУШЕНЫЙ (ПРИПУЩЕННЫЙ) В ПИВЕ
- 199. КАРП, КАРАСЬ, ЛЕЩ ИЛИ ЛИНЬ ЖАРЕНЫЕ С ТУШЕНОЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ
- 200. КАРП, ЛЕЩ, КАРАСЬ ИЛИ ЛИНЬ ЖАРЕНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ
- УГОРЬ, НАЛИМ
- 201. УГОРЬ, ТУШЕННЫЙ (ПРИПУЩЕННЫЙ) В ВИНЕ
- 202. УГОРЬ ЖАРЕНЫЙ
- 203. НАЛИМ, ТУШЕННЫЙ С ГРИБАМИ И ОГУРЦАМИ
- РЯПУШКА, СНЕТОК, ОКУНЬ
- 204. РЯПУШКА ИЛИ СНЕТОК ЖАРЕНЫЕ
- 205. ОКУНЬ, ТУШЕННЫЙ СО СВИНЫМ САЛОМ И КАРТОФЕЛЕМ

- ТРЕСКА, КАМБАЛА
- 206. ТРЕСКА. ОТВАРЕННАЯ В МОЛОКЕ
- 207. ТРЕСКА ИЛИ КАМБАЛА, ТУШЕННЫЕ С КАПУСТОЙ
- 208. ШНИЦЕЛЬ ИЗ ТРЕСКИ
- 209. КОТЛЕТЫ ИЗ ТРЕСКИ
- 210. ЖАРКОЕ ИЗ РУБЛЕНОЙ ТРЕСКИ
- 211. ТРЕСКА ИЛИ КАМБАЛА ЗАПЕЧЕННЫЕ
- 212. КАМБАЛА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ
- СЕЛЬДЬ
- 213. СЕЛЬДЬ ФАРШИРОВАННАЯ ЖАРЕНАЯ
- 214. СЕЛЬДЬ В ТЕСТЕ
- 215. ЗАПЕКАНКА ИЗ СЕЛЬДИ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ
- 216. ЗАПЕКАНКА ИЗ СЕЛЬДИ (ФОРШМАК)
- СУДАК
- 217. СУДАК ОТВАРНОЙ
- 218. СУДАК ЖАРЕНЫЙ
- 219. СУДАК В ТЕСТЕ
- 220. РУЛЕТ ИЗ СУДАКА С СУХАРЯМИ
- ОСЕТРОВЫЕ РЫБЫ
- 221. ОСЕТР, СЕВРЮГА, СТЕРЛЯДЬ ОТВАРНЫЕ
- 222. СЕВРЮГА ИЛИ ОСЕТРИНА ЗАПЕЧЕННЫЕ
- РАКИ
- 223. РАКИ ОТВАРНЫЕ
- 224. РАКИ ОТВАРНЫЕ С КОРЕНЬЯМИ
- 225. РАКИ ОТВАРНЫЕ В ПИВЕ ИЛИ В КВАСЕ
- 226. РАКИ ОТВАРНЫЕ В ВИНЕ
- 227. РАКОВЫЕ ШЕЙКИ В ГОЛЛАНДСКОМ СОУСЕ
- 228. РАКОВЫЕ ШЕЙКИ, ЗАЖАРЕННЫЕ В ТЕСТЕ
- МЯСО
- 229. ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ С СОУСОМ ИЗ ХРЕНА
- 230. ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ ПОДЖАРЕННАЯ
- 231. ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ, НАШПИГОВАННАЯ ОВОЩАМИ И ШПИКОМ
- 232. ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ С ГРИБНЫМ СОУСОМ
- 233. ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ
- 234. ЗРАЗЫ ЛИТОВСКИЕ
- 235. ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯЖЬЕГО ФАРША
- 236. ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ
- 237. КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ
- 238. ЖАРКОЕ ИЗ ГОВЯЖЬЕГО ФАРША С ТУШЕНОЙ СВЕКЛОЙ
- 239. РОСТБИФ ИЗ ГОВЯДИНЫ
- 240. БИФШТЕКС ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ
- 241. БИФШТЕКС ГОВЯЖИЙ ОТБИВНОЙ

- 242. ЛАНГЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ
- 243. РОМШТЕКС ИЗ ГОВЯДИНЫ
- 244. БЕФ-СТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ
- 245. ГОВЯДИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ ИЗ ХРЕНА
- СВИНИНА
- 246. СВИНИНА ОТВАРНАЯ
- 247. СВИНИНА ОТВАРНАЯ ПОДЖАРЕННАЯ
- 248. ОКОРОК КОПЧЕНЫЙ ОТВАРНОЙ
- 249. КОЛБАСКИ ДОМАШНИЕ ВАРЕНЫЕ
- 250. СОСИСКИ, САРДЕЛЬКИ С ТУШЕНОЙ КАПУСТОЙ
- 251. БИГУС ИЗ СВИНИНЫ И КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ
- 252. ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ С ЛАПШОЙ
- 253. ЗРАЗЫ ИЗ КОПЧЕНОГО ОКОРОКА
- 254. СВИНИНА ЖАРЕНАЯ
- 255. ОКОРОК КОПЧЕНЫЙ ЖАРЕНЫЙ
- 256. ГРУДИНКА СВИНАЯ ФАРШИРОВАННАЯ
- 257. КОТЛЕТЫ СВИНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ
- 258. КАРБОНАД СВИНОЙ
- 259. ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ
- 260. БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ
- 261. ТЕФТЕЛИ СВИНЫЕ (В КУСОЧКАХ БУЛКИ)
- 262. КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ
- 263. ТЕФТЕЛИ СВИНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В СОУСЕ ИЗ ХРЕНА
- ПОРОСЯТА
- ПОРОСЕНОК ОТВАРНОЙ
- ПОРОСЕНОК ЖАРЕНЫЙ
- 264. ПОРОСЕНОК ЖАРЕНЫЙ, НАЧИНЕННЫЙ СКРИЛЯМИ
- ТЕЛЯТИНА
- 265. ТЕЛЯЧЬЯ ГРУДИНКА ОТВАРНАЯ
- 266. ТЕЛЯТИНА ТУШЕНАЯ
- 267. РАГУ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ С ОВОЩАМИ
- 268. РАГУ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ С ГРЕНКАМИ
- 269. РАГУ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ С ЯБЛОКАМИ
- 270. ЗРАЗЫ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ С РИСОВОЙ НАЧИНКОЙ
- 271. ЖАРКОЕ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ, НАШПИГОВАННОЙ САЛОМ
- 272. ГРУДИНКА ТЕЛЯЧЬЯ ФАРШИРОВАННАЯ
- 273. КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ
- 274. ШНИЦЕЛЬ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ
- 275. ТЕФТЕЛИ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ (В КУСОЧКАХ БУЛКИ)
- 276. КОТЛЕТЫ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ
- 277. ЖАРКОЕ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ, НАШПИГОВАННОЙ САЛОМ
- 278. ЖАРКОЕ ИЗ РУБЛЕНОЙ ТЕЛЯТИНЫ
- 279. ТЕЛЯТИНА ЗАПЕЧЕННАЯ (ТОЛСТЫЙ КРАЙ)
- 280. ТЕЛЯТИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ

- БАРАНИНА
- 281. БАРАНИНА ОТВАРНАЯ
- 282. БАРАНИНА ТУШЕНАЯ
- 283. ПЛОВ ИЗ БАРАНИНЫ С РИСОМ
- 284. РАГУ ИЗ БАРАНИНЫ С ОВОЩАМИ
- 285. РАГУ ИЗ ОТВАРНОЙ БАРАНИНЫ
- 286. ЗРАЗЫ ИЗ БАРАНИНЫ
- 287. РУЛЕТ ИЗ БАРАНИНЫ С ФАСОЛЬЮ
- 288. БАРАНИНА ЖАРЕНАЯ
- 289. ГРУДИНКА БАРАНЬЯ ФАРШИРОВАННАЯ
- 290. КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ БАРАНИНЫ
- 291. КАРБОНАД ИЗ БАРАНИНЫ
- 292. ШНИЦЕЛЬ ИЗ БАРАНИНЫ
- 293. ШАШЛЫК ИЗ БАРАНИНЫ
- КОТЛЕТЫ ИЗ БАРАНИНЫ
- 294. БАРАНИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ФАСОЛЬЮ
- КОЗЛЯТИНА
- КРОЛИК
- 295. КРОЛИК ОТВАРНОЙ ПОДЖАРЕННЫЙ
- 296. КРОЛИК ТУШЕНЫЙ
- 297. ПЛОВ ИЗ КРОЛИКА С КРУПОЙ
- 298. КРОЛИК ЖАРЕНЫЙ
- 299. КРОЛИК ФАРШИРОВАННЫЙ
- 300. ШНИЦЕЛЬ ИЗ КРОЛИКА
- 301. КОТЛЕТЫ ИЗ КРОЛИКА
- 302. ШНИЦЕЛЬ ИЗ КРОЛИКА. ЗАПЕЧЕННЫЙ В СОУСЕ
- ДИЧЬ
- ЗАЙЧАТИНА
- 303. ЗАЯЦ, ТУШЕННЫЙ В СМЕТАНЕ
- 304. ЗАЯЦ ЖАРЕНЫЙ
- 305. КОТЛЕТЫ ИЗ ЗАЙЦА
- 306. ЗАЯЦ ИЛИ КОСУЛЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ
- МЯСНЫЕ СУБПРОДУКТЫ
- 307. ТУШЕНЫЕ ПОЧКИ
- 308. ПОЧКИ С ГРИБАМИ И ГРЕНКАМИ
- 309. ПОЧКИ ЖАРЕНЫЕ
- 310. ПОЧКИ. ЖАРЕННЫЕ В СУХАРЯХ
- 311. ЗРАЗЫ ИЗ ПЕЧЕНКИ
- 312. ПЕЧЕНКА. НАШПИГОВАННАЯ СВИНЫМ САЛОМ
- 313. ПЕЧЕНКА ЖАРЕНАЯ С ЛУКОМ
- 314. МОЗГИ ОТВАРНЫЕ
- 315. МОЗГИ ОТВАРНЫЕ ПОДЖАРЕННЫЕ
- 316. МОЗГИ ЖАРЕНЫЕ
- 317. БИТОЧКИ ИЗ МОЗГОВ

- 318. ЯЗЫК ПОД СОУСОМ ИЗ ХРЕНА
- 319. ЯЗЫК В СУХАРЯХ
- 320. РУБЕЦ
- 321. РАГУ ИЗ ВЫМЕНИ С ОВОЩАМИ
- 322. ВЫМЯ, ПОДЖАРЕННОЕ В СУХАРЯХ
- 323. НОЖКИ ТЕЛЯЧЬИ ИЛИ СВИНЫЕ ОТВАРНЫЕ
- 324. НОЖКИ ТЕЛЯЧЬИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ТЕСТЕ
- 325. ГОЛОВА ТЕЛЯЧЬЯ ПОД БЕЛЫМ СОУСОМ
- 326. ГОЛОВА ТУШЕНАЯ
- 327. ГУЛЯШ ИЗ СЕРДЦА, ГОРЛА И ЛЕГКИХ
- 328. ВЕДАРАЙ КРУПЯНЫЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 329. ВЕДАРАЙ КАРТОФЕЛЬНЫЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 330. ВЕДАРАЙ КРОВЯНЫЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 331. СКЛИНДЖЯЙ (ОЛАДЬИ) КРОВЯНЫЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 332. ЗАПЕКАНКА КРОВЯНАЯ
- ГУЛЯШ ИЗ ЛЕГКИХ
- 333. КОЛБАСА ИЗ ЛЕГКИХ
- ПТИЦА
- 334. КУРИЦА ОТВАРНАЯ С РИСОВОЙ КАШЕЙ
- 335. КУРИЦА ОТВАРНАЯ ПОДЖАРЕННАЯ
- 336. КУРИЦА ПАРОВАЯ С ОВОЩАМИ
- 337. КУРИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ
- 338. КУРИНЫЕ БЕДРЫШКИ ФАРШИРОВАННЫЕ
- КУРИЦА ЖАРЕНАЯ
- 339. КУРИЦА С РИСОВОЙ НАЧИНКОЙ
- 340. ШНИЦЕЛЬ ИЗ КУРЯТИНЫ
- 341. "ПУШИНКИ" ИЗ КУРИЦЫ
- 342. КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ
- 343. ОЛАДЬИ ИЗ КУРЯТИНЫ
- 344. ЗАПЕКАНКА ИЗ КУРЯТИНЫ
- ЦЫПЛЯТА
- 345. ЦЫПЛЯТА. ТУШЕННЫЕ СО СВЕЖИМИ ОВОЩАМИ
- 346. ЦЫПЛЯТА, ТУШЕННЫЕ С ГРИБАМИ
- 347. ЦЫПЛЯТА ЖАРЕНЫЕ
- 348. ЦЫПЛЯТА ЖАРЕНЫЕ ФАРШИРОВАННЫЕ
- 349. ЖАРКОЕ ИЗ ЦЫПЛЯТ
- 350. ЦЫПЛЯТА ЖАРЕНЫЕ В СУХАРЯХ
- ГУСЬ И УТКА
- 351. ГУСЬ ИЛИ УТКА ВАРЕНЫЕ ЗАЖАРЕННЫЕ
- 352. ГУСЬ ИЛИ УТКА ТУШЕНЫЕ

- 353. ГУСЬ ИЛИ УТКА ЖАРЕНЫЕ С НАЧИНКОЙ ИЗ КАПУСТЫ
- 354. УТКА ИЛИ ГУСЬ С НАЧИНКОЙ ИЗ КРУПЯНОЙ КАШИ
- ИНДЕЙКА
- 355. ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ
- 356. ИНДЕЙКА ТУШЕНАЯ
- 357 РУЛЕТ ТУШЕНЫЙ ИЗ ИНДЕЙКИ
- 358. ИНДЕЙКА ЖАРЕНАЯ СО СЛИВАМИ
- 359. ШНИЦЕЛЬ ИЗ ИНДЕЙКИ
- 360. КОТЛЕТЫ ИЗ ВАРЕНОЙ ИНДЕЙКИ
- ГОЛУБИ
- 361. ГОЛУБИ ТУШЕНЫЕ
- 362. ГОЛУБИ ЖАРЕНЫЕ ФАРШИРОВАННЫЕ
- ОТХОДЫ ПТИЦЫ, ГОДНЫЕ ДЛЯ ПИЩИ
- 363. ГУСИНАЯ ШЕЯ ФАРШИРОВАННАЯ
- 364. ЗАПЕКАНКА ИЗ ПТИЧЬИХ ПОТРОХОВ
- ДИКИЕ ПТИЦЫ
- 365. ДИКАЯ УТКА ИЛИ ГУСЬ ТУШЕНЫЕ
- 366. ДИКАЯ УТКА ИЛИ ГУСЬ ЖАРЕНЫЕ
- 367. КУРОПАТКИ ТУШЕНЫЕ
- 368. ТЕТЕРЕВ ИЛИ ГЛУХАРЬ ЖАРЕНЫЙ
- ЖАРЕНЫЕ КУЛИКИ, ПЕРЕПЕЛА, БЕКАСЫ И ДРУГАЯ МЕЛКАЯ ДИЧЬ
- ОВОЩИ
- ПРИГОТОВЛЕНИЕ ОВОЩЕЙ
- КАРТОФЕЛЬ
- 369. КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ
- 370. КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ
- 371. ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ВАРЕНОГО КАРТОФЕЛЯ С НАЧИНКОЙ ИЗ МЯСА ИЛИ ЧЕРНОГО ХЛЕБА
- 372. ФРИКАДЕЛЬКИ С ТВОРОГОМ
- 373. ПАЛЬЧИКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОТВАРНЫЕ
- 374. КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ПОТРОХАМИ
- 375. КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕНЫЙ («ФРИ»)
- 376. КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕНЫЙ С ЛУКОМ И ГРИБАМИ
- 377. ЛЕПЕШКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ
- 378. БУЛЬБОНАЙ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 379. КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ
- 380. ПАЛЬЧИКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ ЖАРЕНЫЕ С ТМИНОМ
- 381. ШНИЦЕЛЬ КАРТОФЕЛЬНЫЙ
- 382. КРОКЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ, ЗАЖАРЕННЫЕ В ЖИРЕ
- 383. ПИРОЖКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С НАЧИНКОЙ
- 384. ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ
- 385. РУЛЕТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРИБАМИ
- 386. ЗАПЕЧЕННЫЙ КАРТОФЕЛЬ С ПОМИДОРАМИ

- 387. ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ
- 388. ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КОПЧЕНОЙ ВЕТЧИНОЙ
- 389. ЗАПЕКАНКА ИЗ КАРТОФЕЛЯ С КАПУСТОЙ
- 390. ЗАПЕКАНКА ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ТВОРОГОМ
- 391. ЗАПЕКАНКА ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ
- 392. ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МОРКОВЬЮ
- 393. КАРТОФЕЛЬ ФАРШИРОВАННЫЙ
- 394. КАША ИЗ НАТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ
- 395. КАША ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ И НАТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ
- 396. КЛЕЦКИ ИЗ НАТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ С КРУПОЙ
- 397. ЧАШЕЧКИ ИЗ НАТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ
- 398. ЦЕПЕЛИНАЙ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 399. ЦЕПЕЛИНАЙ ИЗ СЫРОГО КАРТОФЕЛЯ С ТВОРОГОМ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 400. БУЛОЧКИ ИЗ ВАРЕНОГО И СЫРОГО КАРТОФЕЛЯ
- 401. ЛЕПЕШКИ ИЗ НАТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ
- 402. ОЛАДЬИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ
- 403. БАБКА КАРТОФЕЛЬНАЯ — КУГЕЛИС
- 404. ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КАПУСТОЙ
- 405. РАГУОЛЯЙ
- КАПУСТА
- 406. КАПУСТА ОТВАРНАЯ
- 407. КАПУСТА ОТВАРНАЯ ПОДЖАРЕННАЯ
- 408. КАПУСТА ТУШЕННАЯ
- 409. КАПУСТА ФАРШИРОВАННАЯ
- 410. ГОЛУБЦЫ КАПУСТНЫЕ
- 411. КОТЛЕТЫ КАПУСТНЫЕ
- 412. ОЛАДЬИ КАПУСТНЫЕ
- 413. КАПУСТНЫЕ ЛИСТЬЯ ФАРШИРОВАННЫЕ
- 414. ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ
- 415. КАПУСТА КРАСНОКОЧАННАЯ, ТУШЕННАЯ С ФАСОЛЬЮ
- 416. КАПУСТА БРЮССЕЛЬСКАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ
- 417. КАПУСТА БРЮССЕЛЬСКАЯ ФАРШИРОВАННАЯ
- 418. ЗАПЕКАНКА ИЗ БРЮССЕЛЬСКОЙ КАПУСТЫ
- 419. КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ
- 420. КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ С ДРУГИМИ ОВОЩАМИ
- 421. ЗАПЕКАНКА ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ
- 422. КОЛЬРАБИ ТУШЕНАЯ
- МОРКОВЬ, СВЕКЛА, РЕПА, БРЮКВА
- 423. МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ

- 424. МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ЗАЖАРЕННАЯ
- 425. ОЛАДЬИ МОРКОВНЫЕ
- 426. КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ
- 427. МОРКОВЬ ФАРШИРОВАННАЯ
- 428. МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА
- 429. ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ И ТВОРОГА
- 430. ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ И ФАСОЛИ
- 431. СВЕКЛА ТУШЕНАЯ
- 432. ОЛАДЬИ ИЗ СВЕКЛЫ И ТВОРОГА
- 433. ЗАПЕКАНКА ИЗ СВЕКЛЫ
- 434. РЕПА И БРЮКВА ФАРШИРОВАННЫЕ
- 435. БРЮКВА СО СМЕТАНОЙ И КАРТОФЕЛЕМ
- 436. ЗАПЕКАНКА ИЗ РЕПЫ ИЛИ БРЮКВЫ С МЯСОМ
- ОГУРЦЫ, ПОМИДОРЫ, ЛУК
- 437. ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ТУШЕНЫЕ
- 438. ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ФАРШИРОВАННЫЕ ТУШЕНЫЕ
- 439. ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ, ФАРШИРОВАННЫЕ ВЕТЧИНОЙ
- 440. ШНИЦЕЛЬ ИЗ ОГУРЦОВ
- 441. ПОМИДОРЫ ЖАРЕНЫЕ
- 442. ПОМИДОРЫ ЖАРЕНЫЕ С ЯИЧНИЦЕЙ
- 443. ПОМИДОРЫ ФАРШИРОВАННЫЕ
- 444. ПОМИДОРЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ
- 445. ЛУК ТУШЕНЫЙ
- 446. ЛУК ЖАРЕНЫЙ
- 447. ЛУК ФАРШИРОВАННЫЙ
- 448. СЕЛЬДЕРЕЙ, СВАРЕННЫЙ В ТОМАТНОМ СОУСЕ
- 449. СЕЛЬДЕРЕЙ ЖАРЕНЫЙ
- 450. ЗАПЕКАНКА ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ
- ТЫКВА
- 451. ТЫКВА ВАРЕНАЯ
- 452. ТЫКВА ЖАРЕНАЯ
- 453. ОЛАДЬИ ИЗ ТЫКВЫ
- 454. ОЛАДЬИ ИЗ ТЫКВЫ И КАРТОФЕЛЯ
- 455. ЗАПЕКАНКА ИЗ ТЫКВЫ И ЯБЛОК
- 456. ТЫКВА ФАРШИРОВАННАЯ
- ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК, ФАСОЛЬ, ГОРОХ, БОБЫ
- 457. ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ
- 458. СТРУЧКОВЫЙ ГОРОШЕК ИЛИ СПАРЖЕВАЯ ФАСОЛЬ ОТВАРНЫЕ
- 459. ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК С ГРЕНКАМИ ИЗ БУЛКИ
- 460. ПЮРЕ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА ИЛИ ФАСОЛИ
- 461. РАГУ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА И МОРКОВИ
- 462. ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК С КОПЧЕНОЙ ВЕТЧИНОЙ
- 463. ФАСОЛЬ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ

- 464. ФАСОЛЬ ТУШЕНАЯ С ЛАПШОЙ
- 465. БИТОЧКИ ИЗ ФАСОЛИ ИЛИ ГОРОХА
- 466. ПЮРЕ ИЗ ЖЕЛТОГО ГОРОХА
- 467. БОБЫ ТУШЕНЫЕ
- КУКУРУЗА
- 468. КУКУРУЗА В ПОЧАТКАХ ОТВАРНАЯ В МАСЛОМ
- 469. КУКУРУЗНАЯ КАША
- 470. КУКУРУЗА В ТОМАТНОМ СОУСЕ
- 471. КОТЛЕТЫ ИЗ КУКУРУЗЫ
- 472. ЗАПЕКАНКА ИЗ КУКУРУЗЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ
- 473. ХЛОПЬЯ КУКУРУЗНЫЕ
- ШПИНАТ, СПАРЖА И ОВОЩНЫЕ СМЕСИ
- 474. ПЮРЕ ИЗ ШПИНАТА
- 475. ШПИНАТ ОТВАРНОЙ
- 476. СПАРЖА В МОЛОЧНОМ СОУСЕ
- 477. СПАРЖА ЗАПЕЧЕННАЯ
- 478. РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ
- 479. ФРИКАДЕЛЬКИ ОВОЩНЫЕ
- 480. ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ
- ГРИБЫ
- 481. ГРИБЫ СВЕЖИЕ, ТУШЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ
- 482. ГРИБЫ, ТУШЕННЫЕ СО ШПИКОМ И СМЕТАНОЙ
- 483. СМОРЧКИ ТУШЕНЫЕ
- 484. СУШЕНЫЕ ГРИБЫ, ТУШЕННЫЕ С ЛУКОМ
- 485. БОРОВИКИ ЖАРЕНЫЕ
- 486. РЫЖИКИ ЖАРЕНЫЕ
- 487. КОТЛЕТЫ ИЗ СВЕЖИХ ГРИБОВ
- 488. ГРИБЫ СОЛЕНЫЕ, ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ
- 489. ГРИБЫ СОЛЕНЫЕ, ПОДЖАРЕННЫЕ НА РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛЕ, С КАРТОФЕЛЕМ
- 490. ГРИБЫ МАРИНОВАННЫЕ ИЛИ СОЛЕНЫЕ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ И КАРТОФЕЛЕМ
- 491. ГРИБЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ
- 492. ЗАПЕКАНКА ИЗ ГРИБОВ С ХЛЕБОМ
- МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ
- ОЛАДЬИ
- 493. ОЛАДЬИ НА ПРОСТОКВАШЕ
- 494. ОЛАДЬИ НА ОПАРЕ
- 495. ОЛАДЬИ НА ОПАРЕ С ТЕРТЫМ КАРТОФЕЛЕМ
- 496. ОЛАДЬИ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ МУКИ
- 497. ОЛАДЬИ С СЫРОМ
- СКРИЛЯЙ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 498. СКРИЛЯЙ ОТВАРНЫЕ
- 499. ЗАПЕКАНКА ИЗ СКРИЛЯЙ С ВЕТЧИНОЙ

- 500. ЗАПЕКАНКА ИЗ СКРИЛЯЙ С ВАРЕНЫМ МЯСОМ
- СКРИЛЯЙ ЖАРЕНЫЕ
- 501. ЗАПЕКАНКА ИЗ СКРИЛЯЙ С СЫРОМ
- 502. КЛЕЦКИ
- 503. ФРИКАДЕЛЬКИ С ВЕТЧИНОЙ
- 504. ШИШКУТЕС (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- ПЕЛЬМЕНИ
- 505. ПЕЛЬМЕНИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (КОЛДУНЫ)
- 506. ПЕЛЬМЕНИ С ФАРШЕМ ИЗ ВАРЕНОГО МЯСА
- 507. ПЕЛЬМЕНИ С ФАРШЕМ ИЗ ЛЕГКИХ
- 508. ПЕЛЬМЕНИ С ФАРШЕМ ИЗ ГОВЯДИНЫ
- 509. ПЕЛЬМЕНИ С ФАРШЕМ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ И СЕЛЬДИ
- 510. ПЕЛЬМЕНИ С ГРИБНЫМ ФАРШЕМ
- 511. ПЕЛЬМЕНИ С ФАРШЕМ ИЗ ГРИБОВ И ВЕТЧИНЫ
- 512. ПЕЛЬМЕНИ С КАПУСТНЫМ ФАРШЕМ
- 513. ПЕЛЬМЕНИ С ФАРШЕМ ИЗ МЯСА И КАПУСТЫ
- 514. ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ
- 515. ВАРЕНИКИ С ЯЙЦАМИ
- 516. ВИРГИНЯЙ — ВАРЕНИКИ С ТЕРТЫМ КАРТОФЕЛЕМ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 517. ШАЛТОНОСЯЙ — ВАРЕНИКИ С ЧЕРНИКОЙ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЮДО)
- 518. ВАРЕНИКИ С ВИШНЯМИ ИЛИ С ЯБЛОКАМИ
- 519. БЛИНЧИКИ С ТВОРОГОМ
- 520. БЛИНЧИКИ С МЯСОМ
- 521. БУЛОЧКИ ТУШЕНЫЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 522. КЛЕЦКИ ИЗ ХЛЕБНОГО ТЕСТА
- БЛЮДА ИЗ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ
- 523. МАКАРОНЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ
- 524. МАКАРОНЫ С ГРИБАМИ
- 525. МАКАРОНЫ С ТОМАТНЫМ ПЮРЕ
- 526. МАКАРОНЫ С ТВОРОГОМ
- 527. МАКАРОНЫ С ОВОЩАМИ
- 528. МАКАРОНЫ С ГРИБАМИ И ГОВЯДИНОЙ
- 529. ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С СЫРОМ
- 530. ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ЯЙЦАМИ
- 531. ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ПОМИДОРАМИ
- 532. ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ
- 533. ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С МЯСОМ, ВЕТЧИНОЙ ИЛИ ГРИБАМИ
- 534. ЛАПША
- 535. ЛАПША С МАКОМ
- 536. ЛАПША С МЕДОМ

- БЛЮДА ИЗ КРУП
- ГРЕЧНЕВАЯ КРУПА
- 537. ГРЕЧНЕВАЯ КАША С МАСЛОМ
- 538. ГРЕЧНЕВАЯ КАША ИЗ ПОДЖАРЕННОЙ КРУПЫ
- 539. ГРЕЧНЕВАЯ КАША С РАЗНЫМИ ДОБАВКАМИ
- 540. КОТЛЕТЫ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КАШИ
- 541. ЗАПЕКАНКА ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С ТВОРОГОМ
- 542. ЗАПЕКАНКА ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ
- ПШЕННАЯ КРУПА
- 543. ПШЕННАЯ КАША
- 544. КОТЛЕТЫ ПШЕННЫЕ
- 545. ЗАПЕКАНКА ПШЕННАЯ
- 546. ЗАПЕКАНКА ПШЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ И СЛИВАМИ
- 547. КОТЛЕТЫ ПШЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ
- РИС
- 548. РИСОВАЯ КАША РАССЫПЧАТАЯ
- РИСОВАЯ КАША С РАЗНЫМИ ДОБАВКАМИ
- 549. ЗАПЕКАНКА ИЗ РИСА С РАЗНЫМИ ДОБАВКАМИ
- 550. ЗАПЕКАНКА ИЗ РИСА С ТВОРОГОМ
- 551. КОТЛЕТЫ РИСОВЫЕ
- МАННАЯ КРУПА
- 552. МАННАЯ КАША
- 553. КЛЕЦКИ МАННЫЕ С СЫРОМ
- 554. ОЛАДЬИ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ
- 555. ПИРОЖКИ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ
- 556. ЗАПЕКАНКА МАННАЯ
- 557. ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ТВОРОГОМ
- 558. ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ИЗЮМОМ
- 559. КОТЛЕТЫ МАННЫЕ
- 560. КАША ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ
- КАША ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ С РАЗНЫМИ ДОБАВКАМИ
- 561. ЗАПЕКАНКА ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ С ТВОРОГОМ
- 562. КАША ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ
- 563. ЗАПЕКАНКА ЯЧНЕВАЯ С ТВОРОГОМ
- 564. КОТЛЕТЫ ЯЧНЕВЫЕ
- 565. ПЕРЛОВАЯ КАША
- 566. КОТЛЕТЫ ПЕРЛОВЫЕ С ТВОРОГОМ
- 567. КАША ОВСЯНАЯ
- 568. КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ («ГЕРКУЛЕС»)
- 569. КАША ИЗ САГО С МАСЛОМ
- 570. ЗАПЕКАНКА ИЗ САГО
- 571. КАША ИЗ КУКУРУЗНОЙ МУКИ
- МОЛОЧНЫЕ БЛЮДА
- 572. ТВОРОГ С МОЛОКОМ ИЛИ СО СЛИВКАМИ

- 573. ТВОРОГ СО СМЕТАНОЙ
- 574. ТВОРОГ С ТМИНОМ
- 575. ТВОРОГ С СЕЛЬДЬЮ
- 576. ТВОРОГ С МЕДОМ
- 577. ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ
- 578. СЫРНИКИ
- 579. СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ
- 580. СЫРНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ
- 581. ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ
- 582. БАБКА ИЗ ТВОРОГА С КАРТОФЕЛЕМ
- 583. БУЛОЧКИ ИЗ ТВОРОГА
- 584. БУЛОЧКИ ИЗ НАТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ С ТВОРОГОМ
- 585. СЫР ЖАРЕНЫЙ
- МОЛОЗИВО
- 586. ЛАПША НА МОЛОЗИВЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 587. ОЛАДЬИ НА МОЛОЗИВЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 588. МОЛОЗИВО СО ШПИКОМ ИЛИ С МАСЛОМ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- БЛЮДА ИЗ ЯИЦ
- ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ
- 589. ЯИЧНИЦА-ГЛАЗУНЬЯ
- ЯИЧНИЦА С ПОДЖАРЕННЫМ ХЛЕБОМ
- 590. ЯИЧНИЦА С СЫРОМ
- ЯИЧНИЦА С САЛОМ
- ЯИЧНИЦА С РАЗНЫМИ ДОБАВКАМИ ИЗ МЯСА
- 591. ЯИЧНИЦА С КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ
- 592. ОМЛЕТ (ВЗБИТАЯ ЯИЧНИЦА)
- 593. ОМЛЕТ С ЛУКОМ
- 594. ОМЛЕТ С СЕЛЬДЬЮ
- 595. ОМЛЕТ С СЫРОМ
- 596. ОМЛЕТ С КОЛБАСОЙ
- 597. ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ
- 598. ОМЛЕТ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ
- 599. ОМЛЕТ С ОВОЩНЫМ ФАРШЕМ
- 600. ОМЛЕТ С ГРИБАМИ
- 601. ОМЛЕТ СО ШПИНАТОМ
- 602. ОМЛЕТ С ПОМИДОРАМИ
- 603. ЯЙЦА, ЗАПЕЧЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ
- 604. ЯИЧНИЦА ВЗБИТАЯ С ИКРОЙ
- 605. КОТЛЕТЫ ИЗ ЯИЦ
- СЛАДКИЕ БЛЮДА
- КОМПОТЫ

- 606. КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК И ГРУШ
- 607. КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ВИШНЯМИ
- 608. КОМПОТ ИЗ ВИШЕН С ГРУШАМИ
- 609. КОМПОТ ИЗ ВИШЕН
- 610. КОМПОТ ИЗ КРЫЖОВНИКА
- КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД
- 611. КОМПОТ ИЗ РЕВЕНЯ
- 612. ЯБЛОКИ И ГРУШИ В СИРОПЕ
- 613. КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ
- 614. КИСЕЛЬ ИЗ КОМПОТА
- КИСЕЛИ
- 615. ГУСТОЙ КЛЮКВЕННЫЙ КИСЕЛЬ
- 616. ГУСТОЙ КИСЕЛЬ ИЗ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ, ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ И БРУСНИКИ
- 617. КИСЕЛЬ ИЗ ЗЕМЛЯНИКИ, КЛУБНИКИ, МАЛИНЫ И ЧЕРНИКИ
- 618. ГУСТОЙ КИСЕЛЬ ИЗ ВИШЕН
- 619. КИСЕЛЬ ИЗ КРЫЖОВНИКА
- 620. КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ СЛИВ
- 621. КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК
- 622. КИСЕЛЬ ИЗ СУШЕНЫХ ЯБЛОК
- 623. КИСЕЛЬ ИЗ МАРМЕЛАДА
- 624. МОЛОЧНЫЙ (ВАНИЛЬНЫЙ) КИСЕЛЬ
- 625. КИСЕЛЬ ИЗ ЖЖЕНОГО САХАРА
- 626. КИСЕЛЬ ИЗ КВАСА
- 627. КИСЕЛЬ ИЗ КРАСНОГО ВИНА
- 628. КИСЕЛЬ ИЗ КАКАО
- ЖЕЛЕ
- 629. ЖЕЛЕ ИЗ КЛЮКВЫ ИЛИ СМОРОДИНЫ
- 630. ЖЕЛЕ МАЛИНОВОЕ
- 631. ЖЕЛЕ ВИШНЕВОЕ
- 632. ЖЕЛЕ ЛИМОННОЕ
- ЖЕЛЕ С ЯГОДАМИ
- ЯБЛОКИ В ЖЕЛЕ
- 633. ЖЕЛЕ МОЛОЧНОЕ
- 634. ЖЕЛЕ ШОКОЛАДНОЕ
- 635. ЖЕЛЕ КОФЕЙНОЕ
- 636. КОМПОТ В ЖЕЛЕ
- 637. ЖЕЛЕ ИЗ РЕВЕНЯ
- МУССЫ
- 638. МУСС КЛЮКВЕННЫЙ
- 639. МУСС ЛИМОННЫЙ
- 640. МУСС ХЛЕБНЫЙ
- 641. МУСС НА МАННОЙ КРУПЕ (БЕЗ ЖЕЛАТИНА)

- 642. МУСС ИЗ РЕВЕНЯ
- КРЕМЫ
- 643. КРЕМ СЛИВОЧНЫЙ
- 644. КРЕМ ПЕСТРЫЙ
- 645. КРЕМ ЯИЧНЫЙ
- 646. КРЕМ КОФЕЙНЫЙ
- 647. «СНЕЖКИ» ИЗ БЕЛКОВ
- 648. КРЕМ ЛИМОННЫЙ
- ПУДИНГИ И ЗАПЕКАНКИ
- 649. ПУДИНГ РИСОВЫЙ
- 650. ПУДИНГ ХЛЕБНЫЙ
- 651. ПУДИНГ ИЗ ЯБЛОК С РИСОМ
- 652. ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ
- 653. ПУДИНГ БРУСНИЧНЫЙ
- БЛЮДА ИЗ ЯБЛОК
- 654. ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ
- 655. ЯБЛОКИ ТУШЕНЫЕ
- 656. ЯБЛОКИ В БЕЛКЕ
- 657. ЯБЛОКИ В ВИНЕ
- 658. ЗАПЕКАНКА ИЗ БУЛКИ С ЯБЛОКАМИ
- 659. ЗАПЕКАНКА ИЗ РЖАНОГО ХЛЕБА
- 660. ЗАПЕКАНКА ИЗ РИСА С ЯБЛОКАМИ
- 661. ЯБЛОЧНЫЙ МУСС (ЗЕФИР)
- 662. ЗЕФИР ЯБЛОЧНЫЙ СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ
- 663. ЗЕФИР ИЗ СЛИВОК
- МОРОЖЕНОЕ
- 664. МОРОЖЕНОЕ СЛИВОЧНОЕ
- 665. МОРОЖЕНОЕ МОЛОЧНОЕ
- 666. МОРОЖЕНОЕ ШОКОЛАДНОЕ
- 667. МОРОЖЕНОЕ С ОРЕХАМИ
- МОРОЖЕНОЕ ФРУКТОВОЕ
- 668. МОРОЖЕНОЕ ЯГОДНОЕ СО СЛИВКАМИ
- 669. МОРОЖЕНОЕ ЯБЛОЧНОЕ ИЛИ ГРУШЕВОЕ
- 670. МОРОЖЕНОЕ СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ (ПЛОМБИР)
- СЛАДКИЕ МУЧНЫЕ БЛЮДА
- 671. ОЛАДЬИ НА ДРОЖЖАХ С ВАРЕНЬЕМ ИЛИ САХАРОМ
- 672. ОЛАДЬИ С ЯБЛОКАМИ
- 673. ОЛАДЬИ БИСКВИТНЫЕ
- 674. БЛИНЧИКИ
- БЛИНЧАТЫЙ ПИРОГ
- 675. ВАФЛИ
- 676. КАША МАННАЯ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ
- 677. КАША РИСОВАЯ СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ
- 678. ЗАПЕКАНКА ХЛЕБНАЯ

- ГОРЯЧИЕ НАПИТКИ
- 679. КОФЕ
- 680. ЧЕРНЫЙ КОФЕ
- КОФЕ СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ
- 681. КАКАО
- 682. ШОКОЛАД
- СОУСЫ
- ХОЛОДНЫЕ СОУСЫ
- 683. СОУС ИЗ УКСУСА И РАСТИТЕЛЬНОГО МАСЛА
- 684. СОУС ТОМАТНЫЙ
- 685. СОУС СМЕТАННЫЙ
- 686. СОУС ИЗ СМЕТАНЫ С ХРЕНОМ
- 687. СОУС ИЗ СМЕТАНЫ С ГОРЧИЦЕЙ
- 688. СОУС ГОРЧИЧНЫЙ
- 689. ГОРЧИЦА
- 690. ГОРЧИЦА С ТОМАТОМ
- ХРЕН С УКСУСОМ
- 691. МАЙОНЕЗ (ОСНОВНОЙ СОУС)
- 692. СТУДЕНЬ МЯСНОЙ (ЖЕЛЕ)
- 693. СТУДЕНЬ РЫБНЫЙ (ЖЕЛЕ)
- УКСУС
- МАРИНАДЫ
- 694. МАРИНАД С ПРЯНОСТЯМИ
- 695. МАРИНАД С ПРЯНОСТЯМИ И КОРЕНЬЯМИ
- 696. МАРИНАД СЛАДКИЙ
- МАСЛО К ЗАКУСКАМ И МАСЛЯНЫЕ СМЕСИ
- 697. МАСЛО ШПРОТОВОЕ ИЛИ КИЛЕЧНОЕ
- 698. МАСЛО СЕЛЕДОЧНОЕ
- 699. МАСЛО РЫБНОЕ
- 700. МАСЛО ЗЕЛЕНОЕ
- 701. МАСЛО С ТОМАТОМ
- 702. МАСЛО С ГОРЧИЦЕЙ
- 703. МАСЛО С ХРЕНОМ
- 704. МАСЛО С СЫРОМ
- 705. ЖИРНАЯ МАССА С СЫРОМ
- 706. СЫРКОВАЯ МАССА ЖИРНАЯ
- 707. ГРИБНАЯ МАССА С МАСЛОМ
- 708. ПЕЧЕНОЧНАЯ МАССА С МАСЛОМ
- ГОРЯЧИЕ СОУСЫ
- ПРИГОТОВЛЕНИЕ БУЛЬОНА, МУКИ, ОВОЩЕЙ И ДРУГИХ ДОБАВЛЕНИЙ ДЛЯ СОУСОВ
- 709. СОК ОТ ЖАРЕНОГО МЯСА
- 710. СОУС КРАСНЫЙ (ОСНОВНОЙ)
- 711. СОУС КРАСНЫЙ С ВИНОМ

- 712. СОУС КРАСНЫЙ С ГРИБАМИ
- 713. СОУС ЛУКОВЫЙ
- 714. СОУС КИСЛО-СЛАДКИЙ
- 715. СОУС БЕЛЫЙ (ОСНОВНОЙ)
- 716. СОУС БЕЛЫЙ С ЯЙЦАМИ
- 717. СОУС БЕЛЫЙ С ВИНОМ
- 718. СОУС С ГОРЧИЦЕЙ (ГОРЯЧИЙ)
- 719. СОУС ТОМАТНЫЙ
- 720. СОУС ТОМАТНЫЙ С ГРИБАМИ
- 721. СОУС СМЕТАННЫЙ
- 722. СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТНЫМ ПЮРЕ
- 723. СОУС СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ
- 724. СОУС ИЗ ХРЕНА (ГОРЯЧИЙ)
- 725. СОУС МОЛОЧНЫЙ
- 726. СОУС ГРИБНОЙ
- 727. СОУС ГОЛЛАНДСКИЙ (ЯИЧНО-МАСЛЯНЫЙ)
- 728. СОУС ПОЛЬСКИЙ
- 729. МАСЛО С СУХАРЯМИ
- 730. СОУС РАКОВЫЙ
- СЛАДКИЕ СОУСЫ
- ПОДСЛАЩЕННОЕ МОЛОКО
- 731. СОУС ВАНИЛЬНЫЙ
- 732. СОУС ВИННЫЙ
- 733. СОУС КАКАОВЫЙ
- 734. ПОВИДЛО БРУСНИЧНОЕ
- ВЫПЕЧКА МУЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ
- ИСХОДНЫЕ ПРОДУКТЫ И ПРИГОТОВЛЕНИЕ МУЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ
- НЕОБХОДИМОЕ ОБОРУДОВАНИЕ И ПРИНАДЛЕЖНОСТИ
- ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА С ЗАКВАСКОЙ
- 735. ХЛЕБ РЖАНОЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ
- 736. ХЛЕБ РЖАНОЙ ЗАВАРНОЙ
- 737. ХЛЕБ ЧЕРНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ
- 738. ХЛЕБ ЗАВАРНОЙ ИЗ ПЕКЛЕВАННОЙ РЖАНОЙ МУКИ
- ИЗДЕЛИЯ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА
- 739. ХЛЕБ РЖАНОЙ ПЕКЛЕВАННЫЙ НА ДРОЖЖАХ
- 740. ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ИЗ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНОЙ МУКИ
- РАГАЙШИС (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 741. РАГАЙШИС ПШЕНИЧНЫЙ
- 742. РАГАЙШИС ПШЕНИЧНЫЙ НА ПРОСТОКВАШЕ
- 743. РАГАЙШИС ЯЧМЕННЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ
- 744. РАГАЙШИС ЯЧМЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ
- БУЛКИ

- 745. БУЛКА ОБЫКНОВЕННАЯ
- 746. БУЛКА СДОБНАЯ
- 747. БУЛКА ЗАВАРНАЯ
- 748. БУЛКА С КАРТОФЕЛЕМ
- 749. БУЛКА С МОРКОВЬЮ
- 750. БУЛКА С ТЫКВОЙ
- 751. РУЛЕТ С МАКОМ
- 752. РУЛЕТ "ВЕРЕВКА"
- 753. ПЛЕТЕНАЯ ПЕСТРАЯ СДОБНАЯ БУЛКА
- 754. КРЕНДЕЛЬ «УЛИТКА»
- 755. ВИТОЙ ПЕСТРЫЙ ВЕНОК
- 756. ВЕНОК
- 757. КРЕНДЕЛЬ
- БУЛОЧКИ
- 758. РОЖКИ К ЧАЮ
- 759. РОЖКИ К ЧАЮ
- 760. БУЛОЧКИ С ТМИНОМ
- 761. БУЛОЧКИ ВАНИЛЬНЫЕ ПЛЕТЕНЫЕ
- 762. БУЛОЧКИ С ЧЕРНУШКОЙ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)
- 763. ЯБЛОКИ В ПЛАТОЧКАХ
- 764. БУЛОЧКИ С МАКОМ ИЛИ С ТВОРОГОМ (ВАТРУШКИ)
- 765. БУЛОЧКИ СО СВИНЫМ САЛОМ
- 766. АМОРФЫ
- 767. ПАЛЬЧИКИ К ПИВУ
- 768. БУЛОЧКИ СЛОЕНЫЕ (СЛОЙКА) НА ДРОЖЖАХ
- 769. БУЛОЧКИ СЛОЕНЫЕ С ОРЕХАМИ НА ДРОЖЖАХ
- 770. ЗВЕЗДОЧКИ СЛОЕНЫЕ НА ДРОЖЖАХ
- 771. ПЕЧЕНЬЕ НА ДРОЖЖАХ
- ПИРОГИ И МАЗУРКИ
- 772. «УТОПЛЕННИК»
- 773. МАЗУРКА С БЕЛКАМИ
- 774. ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ С ТВОРОГОМ (ВАТРУШКА)
- 775. ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ С ЯБЛОКАМИ
- 776. ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ СО СВЕЖИМИ ЯГОДАМИ ИЛИ РЕВЕНЕМ
- 777. ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ СО СЛИВАМИ
- 778. ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ С ЯБЛОКАМИ
- ПОНЧИКИ
- 779. ПОНЧИКИ ОБЫКНОВЕННЫЕ
- 780. ПОНЧИКИ УЛУЧШЕННОГО КАЧЕСТВА
- 781. ПОНЧИКИ ЗАВАРНЫЕ
- 782. ПОНЧИКИ ДВОЙНЫЕ
- СУХАРИКИ

- 783. СУХАРИКИ ДЕРЕВЕНСКИЕ
- 784. СУХАРИКИ СЛИВОЧНЫЕ (ВАНИЛЬНЫЕ)
- 785. СУХАРИКИ ЛИТОВСКИЕ
- БАРАНКИ
- 786. БАРАНКИ НА ДРОЖЖАХ
- 787. БАРАНКИ РАССЫПЧАТЫЕ
- БАБЫ
- 788. БАБА ОБЫКНОВЕННАЯ
- 789. БАБА ЗАВАРНАЯ
- 790. БАБА С ИЗЮМОМ
- 791. БАБА ШАФРАННАЯ
- 792. БАБА ТВОРОЖНАЯ
- 793. САВАРЕНЫ
- ИЗДЕЛИЯ ИЗ БЕЗДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ХИМИЧЕСКИМИ РАЗРЫХЛИТЕЛЯМИ
- ПРЯНИКИ МЕДОВЫЕ И КОВРИЖКИ
- 794. КОВРИЖКА ОБЫКНОВЕННАЯ МЯГКАЯ
- 795. КОВРИЖКА ДЕРЕВЕНСКАЯ
- 796. ПРЯНИК ИЗ РЖАНОЙ МУКИ
- 797. ПРЯНИК МЯГКИЙ УЛУЧШЕННОГО КАЧЕСТВА
- 798. КОВРИЖКА
- 799. ПРЯНИК БИСКВИТНЫЙ
- 800. ПРЯНИКИ-ЛИСТИКИ
- 801. ПРЯНИКИ-ОРЕШКИ
- 802. ПРЯНИК ВАРЕНЫЙ
- 803. ПРЯНИК ИЗ «ОРЕШКОВ»
- ПИРОГИ И МАЗУРКИ
- 804. МАЗУРКА ИЗ СУХОФРУКТОВ
- 805. ПИРОГ НА СМЕТАНЕ
- 806. МАЗУРКА «МОЦАРТ»
- 807. ПИРОГ МОРКОВНЫЙ
- 808. ВАТРУШКА
- 809. ПИРОГ ИЗ РЖАНОЙ МУКИ
- 810. ПИРОГ КРОШЕНЫЙ
- 811. ПИРОГ ОБСЫПАННЫЙ
- 812. МАЗУРКА ШОКОЛАДНАЯ
- 813. ПИРОГ ИЗ ВАРЕНЫХ ЖЕЛТКОВ
- 814. ПИРОГ С ЖЕЛЕ
- 815. МАЗУРКА ЛИМОННАЯ
- 816. МАЗУРКА «МОЛНИЯ»
- 817. ПИРОГ С МАРМЕЛАДОМ
- 818. ПИРОГ СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ
- 819. ПИРОГ С ПРОСЛОЙКОЙ
- 820. ПИРОГ С МАКОМ

- КЕКСЫ
- 821. КЕКС ОБЫКНОВЕННЫЙ
- 822. КЕКС ВЫСШЕГО КАЧЕСТВА
- 823. КЕКС СКОРОСПЕЛЫЙ
- 824. КЕКС ПЕСТРЫЙ ИЛИ БАБКА
- 825. КЕКС МРАМОРНЫЙ
- 826. КЕКС СТОЛИЧНЫЙ
- 827. КЕКС БИСКВИТНЫЙ
- 828. БАБКА
- 829. БАБКА С ИЗЮМОМ
- ПЕЧЕНЬЯ И ПИРОЖНЫЕ
- 830. КЕКСИКИ
- 831. ПЕЧЕНЬЕ ИЗ ВАРЕНЫХ ЖЕЛТКОВ
- 832. ПИРОЖНОЕ ПЕСТРОЕ
- 833. ПЕЧЕНЬЕ ЛИМОННОЕ
- 834. ПАЛОЧКИ С КОРИЦЕЙ
- 835. КОРЖИКИ РАССЫПЧАТЫЕ
- 836. ПЕЧЕНЬЕ ИЗ КАРТОФЕЛЬНОЙ МУКИ
- 837. ПИРАМИДКИ
- 838. ПЕЧЕНЬЕ БИСКВИТНОЕ
- 839. ПЕЧЕНЬЕ (ИЛИ ПИРОГ) ПРОСЛОЕННОЕ
- 840. ПЕЧЕНЬЕ ПЕСОЧНОЕ (НЕСЛАДКОЕ)
- 841. ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ
- 842. ПОЛУМЕСЯЦЫ
- ХВОРОСТ
- 843. ХВОРОСТ ОБЫКНОВЕННЫЙ
- 844. ХВОРОСТ РАССЫПЧАТЫЙ
- 845. ХВОРОСТ ОСОБЫЙ
- 846. КРЕНДЕЛЬКИ, ЗАЖАРЕННЫЕ В ЖИРУ
- ИЗДЕЛИЯ ИЗ ЖИРНОГО ТЕСТА
- ИЗДЕЛИЯ ИЗ РАССЫПЧАТОГО ТЕСТА
- 847. МИНДАЛЬНОЕ ПЕЧЕНЬЕ
- 848. ПЕЧЕНЬЕ НА СМЕТАНЕ
- 849. КОРЖИКИ РАССЫПЧАТЫЕ
- 850. ПЕЧЕНЬЕ ПОЛУРАССЫПЧАТОЕ
- 851. ПЕЧЕНЬЕ ПЕСОЧНОЕ
- 852. ПЕЧЕНЬЕ МАСЛЯНОЕ
- 853. МАЗУРКА ОРЕХОВАЯ
- 854. ПИРОГ НА СМЕТАНЕ
- 855. МАЗУРКА АПЕЛЬСИНОВАЯ
- 856. ПИРОГ РАССЫПЧАТЫЙ
- 857. ПИРОГ ПЕСОЧНЫЙ
- 858. ЯБЛОКИ В «ПЛАТОЧКАХ»
- 859. ТАРТАЛЕТКИ ИЗ ОБЫКНОВЕННОГО ТЕСТА

- 860. ТОРТ РАССЫПЧАТЫЙ
- 861. ТОРТ ПЕСОЧНЫЙ (1-й способ)
- 862. ТОРТ ПЕСОЧНЫЙ (2-й способ)
- 863. ТОРТ ПЕСОЧНЫЙ (3-й способ)
- ИЗДЕЛИЯ ИЗ СЛОЕНОГО ТЕСТА
- 864. ПАЛЬЧИКИ К ПИВУ
- 865. ПАЛЬЧИКИ СЛАДКИЕ
- 866. ПЕЧЕНЬЕ СЛОЕНОЕ
- 867. ПИРОЖНОЕ «СЛОЙКА С ЯБЛОЧНОЙ НАЧИНКОЙ»
- 868. ПИРОЖНЫЕ
- 869. ПИРОЖНЫЕ С КРЕМОМ
- 870. ПИРОЖНОЕ РУБЛЕНОЕ
- 871. РОЖКИ ИЗ РУБЛЕНОГО СЛОЕНОГО ТЕСТА
- 872. ПИРОГ ОСОБЫЙ
- 873. ЯБЛОКИ В РУБЛЕНОМ ТЕСТЕ
- 874. ЯЗЫКИ СЛОЕНЫЕ
- 875. ЗВЕЗДОЧКИ СЛОЕНЫЕ
- 876. ТОРТ «НАПОЛЕОН»
- ЗАВАРНОЕ ТЕСТО
- 877. ПИРОЖНОЕ ЗАВАРНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ КРЕМОМ
- 878. КОЛЬЦА ЗАВАРНЫЕ
- 879. ПИРОЖНОЕ ВОЗДУШНОЕ С ЗЕМЛЯНИКОЙ
- 880. ИЗДЕЛИЯ ИЗ ЗАВАРНОГО ТЕСТА
- ИЗДЕЛИЯ ИЗ БИСКВИТНОГО ТЕСТА
- 881. ТОРТ БИСКВИТНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ
- 882. ПИРОЖНОЕ БИСКВИТНОЕ
- 883. ПИРОЖНОЕ БИСКВИТНОЕ С МАННОЙ КРУПОЙ
- 884. ТОРТ ЛИМОННЫЙ
- 885. ТОРТ ХЛЕБНЫЙ
- 886. ТОРТ ПРЯНЫЙ
- 887. РУЛЕТ БИСКВИТНЫЙ
- 888. ТОРТ ШОКОЛАДНЫЙ
- 889. ТОРТ ОРЕХОВЫЙ (1-й способ)
- 890. ТОРТ ОРЕХОВЫЙ (2-й способ)
- 891. ТОРТ АПЕЛЬСИННЫЙ
- 892. ТОРТ КАКАОВЫЙ
- 893. ТОРТ СМЕТАННЫЙ
- 894. ТОРТ ЯБЛОЧНЫЙ
- 895. ТОРТ МИНДАЛЬНЫЙ
- 896. ТОРТ ИЗ ФАСОЛИ
- 897. ТОРТ ОСОБЫЙ
- 898. ТОРТ ИЗ РЖАНОЙ МУКИ
- 899. ТОРТ КОФЕЙНЫЙ (1-й способ)
- 900. ТОРТ КОФЕЙНЫЙ (2-й способ)

- 901. ТОРТ ЗАВАРНОЙ
- 902. ТОРТ МАКОВЫЙ
- 903. ТОРТ «МАРГАРИТКА»
- 904. ТОРТ РЕЛЬЕФНЫЙ «ТЮЛЬПАН»
- 905. ПИРОЖНОЕ ВОЗДУШНОЕ «БЕЗЕ»
- ОТДЕЛКА И УКРАШЕНИЕ ТОРТОВ
- КРЕМЫ И МАССЫ ДЛЯ ПРОСЛОЙКИ ТОРТОВ
- 906. КРЕМ ОБЫКНОВЕННЫЙ
- 907. КРЕМ ИЗ ЯГОДНОГО СОКА
- 908. КРЕМ ВАНИЛЬНЫЙ ЗАВАРНОЙ
- 909. КРЕМ ЖИРНЫЙ
- 910. КРЕМ МАСЛЯНЫЙ
- 911. КРЕМ ШОКОЛАДНЫЙ
- 912. КРЕМ СЛИВОЧНЫЙ (КАЙМАК)
- 913. КРЕМ КОФЕЙНЫЙ
- 914. КРЕМ КОФЕЙНЫЙ С ЯЙЦАМИ
- 915. КРЕМ ЯИЧНЫЙ, ИЛИ КАКАОВЫЙ (1-й способ)
- 916. КРЕМ ЯИЧНЫЙ (2-й способ)
- 917. КРЕМ ИЗ ЖЕЛТКОВ
- 918. КРЕМ АНАНАСОВЫЙ
- 919. КРЕМ С КРАХМАЛОМ
- 920. МАССА ОРЕХОВАЯ
- 921. МАССА АПЕЛЬСИНОВАЯ
- 922. СИРОП ДЛЯ ПРОПИТЫВАНИЯ
- ГЛАЗУРЬ
- 923. ГЛАЗУРЬ БЕЛКОВАЯ
- 924. ГЛАЗУРЬ БЕЛКОВАЯ ВАРЕНАЯ
- 925. ГЛАЗУРЬ ВАРЕНАЯ
- 926. ГЛАЗУРЬ ШОКОЛАДНАЯ
- 927. ГЛАЗУРЬ ШОКОЛАДНАЯ ВАРЕНАЯ
- ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ
- ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ №1 (ДИЕТА №1)
- ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 1
- ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 2 (ДИЕТА № 2)
- ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 2
- ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 3 (ДИЕТА № 3)
- ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 3
- ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 4 (ДИЕТА № 4)
- ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 4
- ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 5 (ДИЕТА № 5)
- ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 5
- ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 7 (ДИЕТА № 7)
- ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 7
- ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 7-б (ДИЕТА № 7-б)

- ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 8 (ДИЕТА № 8)
- ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 8
- ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 9 (ДИЕТА № 9)
- ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 9
- ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 10 (ДИЕТА № 10)
- ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 10
- ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 10-а (ДИЕТА № 10-а)
- ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 10-а
- ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 11 (ДИЕТА № 11)
- ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 11
- ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 15 (ДИЕТА № 15)
- СПЕЦИАЛЬНЫЕ РЕЖИМЫ ПИТАНИЯ
- ПРИГОТОВЛЕНИЕ ДИЕТИЧЕСКОЙ ПИЩИ
- ХОЛОДНЫЕ ДИЕТИЧЕСКИЕ БЛЮДА
- 928. МАСЛО СЕЛЕДОЧНОЕ
- 929. СЕЛЬДЬ РУБЛЕНАЯ
- 930. РЫБА ЗАЛИВНАЯ
- 931. РЫБА ФАРШИРОВАННАЯ
- 932. РЫБА ПОД МАЙОНЕЗОМ
- 933. СТУДЕНЬ
- 934. ХОЛОДНОЕ ВАРЕНОЕ МЯСО С ХРЕНОМ
- 935. КУРИЦА В СТУДНЕ
- 936. САЛАТ ИЗ ПТИЦЫ
- 937. ЯЙЦА С ОВОЩАМИ ПОД МАЙОНЕЗОМ
- 938. ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ИКРОЙ, ПОД МАЙОНЕЗОМ (Для лечебных столов №№ 3,9,11,15)
- 939. САЛАТ ИЗ РЕДИСА СО СМЕТАНОЙ
- 940. САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ СО СМЕТАНОЙ
- 941. САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ СО СМЕТАНОЙ
- 942. ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ
- 943. ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦАМИ
- 944. КРЕМ ТВОРОЖНЫЙ
- 945. ТВОРОГ СО СМЕТАНОЙ
- 946. ВЗБИТАЯ СМЕТАНА
- СУПЫ
- 947. БУЛЬОН МЯСНОЙ СЛАБЫЙ
- 948. БУЛЬОН ПРОЗРАЧНЫЙ КРЕПКИЙ (Для лечебных столов №№ 2,3,9,11,15)
- 949. БУЛЬОН С РИСОМ (Для лечебных столов №№ 2,11,15)
- 950. БУЛЬОН С ОМЛЕТОМ (Для лечебных столов №№ 2,9,11,15)
- 951. БУЛЬОН С ЯЙЦАМИ (Для лечебных столов №№ 2,9,11,15)
- 952. РАССОЛЬНИК С ПОЧКАМИ (Для лечебных столов №№

3,11,15; протертый — для лечебного стола № 2)
- 953. СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ (Для лечебных столов №№ 11,15; протертый — для лечебного стола № 2)
- 954. БОРЩ УКРАИНСКИЙ ПРОТЕРТЫЙ (Для лечебных столов №№ 2,11,15)
- 955. СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (Для лечебных столов №№ 11,15; протертый — для стола № 2)
- 956. СУП РЫБНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ (Для лечебных столов №№ 3,11,15; протертый — для стола № 2)
- 957. СУП-ПЮРЕ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ (Для лечебных столов №№ 2,11,15; без бульона (на воде) — для стола № 5; без бульона и соли — для стола № 7)
- 958. СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (Для лечебных столов №№ 2,11,15)
- 959. СУП-ПЮРЕ ИЗ ПЕЧЕНКИ (Для лечебных столов №№ 2,11,15)
- 960. БОРЩ БЕЗ МЯСА (НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ)
- 961. СУП СЛИЗИСТЫЙ С КРУПОЙ (Для лечебного стола № 4)
- 962. СУП-КРЕМ МОЛОЧНЫЙ ИЗ ОВСЯНКИ (Для лечебных столов №№ 1,2,5,7,10,10-а,11,15)
- 963. СУП МОЛОЧНЫЙ с рисом
- 964. СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ (МОЛОЧНЫЙ)
- 965. СУП МОЛОЧНЫЙ С СУХАРЯМИ
- 966. СУП ИЗ СУХОФРУКТОВ С РИСОМ
- 967. СУП ИЗ ЧЕРНИКИ СО СЛИВКАМИ
- 968. БОРЩ ХОЛОДНЫЙ
- ВТОРЫЕ (ГОРЯЧИЕ) БЛЮДА
- 969. КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ
- 970. ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ
- 971. РЫБА ОТВАРНАЯ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ
- 972. РЫБА ОТВАРНАЯ С БЕЛЫМ СОУСОМ
- 973. БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (ТЕФТЕЛИ)
- 974. БИТОЧКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В СМЕТАНЕ
- 975. БИТОЧКИ КУРИНЫЕ ПАРОВЫЕ
- 976. КУРЯТИНА ВАРЕНАЯ С РИСОМ ПОД БЕЛЫМ СОУСОМ (Для лечебных столов №№ 1,2,5,7,10,11,15)
- 977. БИФШТЕКС ПАРОВОЙ
- 978. ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ
- 979. БЕФ-СТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА
- 980. ЗАПЕКАНКА ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА С РИСОМ
- 981. МЯСО ОТВАРНОЕ ПРОТЕРТОЕ

- 982. СОУС ЯИЧНО-МАСЛЯНЫЙ
- 983. СОУС ТОМАТНЫЙ
- 984. МАЙОНЕЗ
- 985. СОУС СМЕТАННЫЙ
- 986. СОУС МОЛОЧНЫЙ С ВАНИЛЬЮ
- 987. ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ
- 988. КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ
- 989. КАША МАННАЯ НА БУЛЬОНЕ
- 990. РИС С ФРУКТАМИ
- 991. КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ
- 992. КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАЗВАРЕННАЯ
- 993. КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ
- СЛАДКИЕ БЛЮДА
- 994. РИС С ГРУШАМИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ
- 995. МУСС ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК
- 996. МУСС ИЗ МАННОЙ КРУПЫ
- 997. КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ ИЛИ ФРУКТОВЫЙ
- 998. ЖЕЛЕ ИЗ ФРУКТОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО СОКА
- 999. КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ С ВИШНЕВЫМ СОКОМ
- 1000. ЖЕЛЕ МОЛОЧНОЕ (Для лечебных столов №№ 1,3,5,7,10,11,15)

ПРЕДИСЛОВИЕ

Коммунистическая партия и Советское правительство неустанно заботятся о повышении благосостояния советских людей. Созданы реальные условия для улучшения жизни трудящихся города и деревни, для повышения их материального и культурного уровня. Увеличение количества пищевых продуктов, достигнутое за последнее время, обеспечивает развитие сети предприятий общественного питания, которое в советские годы превратилось в крупную отрасль народного хозяйства, а также облегчает труд многочисленной армии домашних хозяек.

Правильная организация питания, подбор блюд, качество приготовления кушаний положительно сказываются на здоровье человека, повышают производительность его труда. Великий русский физиолог И. П. Павлов указывал, что хорошо усваивается только вкусная пища и это дает соответствующие результаты.

Надо помнить, что для приготовления вкусной и здоровой пищи необходимо не только иметь разнообразные продукты, но и правильно обрабатывать их, знать основы науки о питании, соблюдать режим варки.

Коллектив авторов, обладающий теоретическими познаниями и практическим опытом в области приготовления пищи в домашних условиях, решил написать эту книгу и надеется, что она поможет домашним хозяйкам в их работе. В книгу включены блюда, приготовляемые городским и сельским населением нашей страны, а также описываются кушанья, которые часто приготовляются в Советской Литве и являются любимыми национальными блюдами.

Авторы ни в коем случае не рассчитывают на то, что описанные ими способы приготовления кушаний являются окончательными, универсальным и неизменяемыми. Известно, что одно и то же блюдо часто готовится разными хозяйками по-разному, ибо кулинария — это искусство, и каждая женщина вносит в него свой вклад.

Для успешного приготовления кушаний надо не только пользоваться соответствующей рецептурой, но и прочесть общий раздел, помещенный в начале книги, а также ознакомиться с указаниями в начале того раздела, к которому относится данная рецептура.

Рецептура дается в штучном измерении, так как оно более доступно в домашних условиях. Большинство блюд рассчитано на семью из 5—6 человек. Для большего или меньшего числа членов

семьи количество продуктов должно быть соответственно увеличено или уменьшено.

В разделах «Диетическое питание» и «Выпечка мучных изделий», где требуется большая точность, рецептура приводится в весовом измерении. Для диетических блюд она рассчитана на 1 человека.

ПИЩА-ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ И ЭНЕРГИИ

Каждый живой организм питается. Пища является источнике? энергии, которая затрачивается при движении и работе. Из пищи организм получает материал для создания новых тканей и для замены отмирающих клеток. Количество веществ, расходуемых на эти беспрерывно происходящие процессы, зависит от возраста и здоровья человека, характера его работы, условий среды. Для того чтобы организм мог нормально развиваться, он должен постоянно получать с пищей в достаточном количестве все вещества, необходимые для обеспечения нормальной жизнедеятельности.

Правильное питание увеличивает сопротивляемость организма различным заболеваниям, продлевает жизнь человека, повышает его энергию. Оно имеет огромное значение для нервной системы, а через нее — и для всего организма. И наоборот, неправильное питание может временно, а иногда даже непоправимо нанести вред здоровью. Современная медицина считает рациональное питание неотъемлемой частью методов лечения разных заболеваний, а при различных болезнях желудочно-кишечного тракта — даже основным средством лечения. Академик И. П. Павлов отметил, что у человека, принявшего пищу с аппетитом, выделяется больше желудочного сока и благодаря этому лучше усваивается пища. Поэтому очень важно возбуждать аппетит всевозможными кулинарными изделиями. Необходимо приготовлять вкусные, доброкачественные, красивые на вид и любимые потребителем блюда.

Советская медицина изучила и практически применяет правильное питание как для здоровых людей, так и для больных различными болезнями, которые лечатся не только в больницах, но и дома, без отрыва от работы. Уже в 1929 г. в Москве был создан Институт питания со специальным отделом лечебного питания. При этом институте организована кли ни ка лечебного питания, в которой производится подготовка специалистов-диетологов. Советское здравоохранение сделало лечебное

питание доступным для всех трудящихся, организовало такое питание в санаториях, на курортах и в домах отдыха. Больные, нуждающиеся в лечебном питании, могут без отрыва от работы питаться в специальных диетических столовых. В Советском Союзе широкое распространение имеют ночные санатории, где трудящиеся получают после трудового дня соответствующее питание и необходимые условия для отдыха и лечения.

О приготовлении пищи в семье обычно заботится женщина-хозяйка. Питание семьи в значительной мере зависит от ее умения и сообразительности. Из одних и тех же продуктов можно изготовить разнообразные блюда и вкусно накормить семью, однако при неправильном приготовлении пищи продукты могут потерять свою ценность. Отсюда и вытекает для каждой женщины задача изучить вопросы питания, следить за новейшими достижениями в этой области, учиться у хозяек, имеющих большой опыт приготовления в домашних условиях здоровой и вкусной пищи.

Партия и правительство прилагают все усилия для удовлетворения растущих потребностей советских людей. В шестой пятилетке намечается значительное развитие общественного питания, расширение сети столовых и ресторанов, увеличение производства полуфабрикатов, а также максимальное изготовление обедов навынос, чтобы женщин а была хотя бы отчасти освобождена от этой тяжелой домашней работы, могла уделять больше времени участию в общественной жизни и воспитанию детей. Однако и в этих условиях женщина каждой профессии должна обладать хотя бы минимумом знаний о правильном питании.

Пища здорового человека должна отвечать следующим основным требованиям:

1) в пище должны содержаться все вещества, из которых состоит тело человека, то есть белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины и вода;

2) количество этих веществ должно обеспечивать потребности организма в зависимости от возраста, пола, работы и других условий;

3) пища должна быть сытной и вкусной.

Выполнить эти требования можно в том случае, если известно, какое значение для организма человека имеют отдельные пищевые вещества и в каком количестве они требуются в условиях нашего климата для людей разного возраста и занимающихся различным трудом.

СОСТАВ ПИЩИ

Пища, попадая в пищеварительный канал, переваривается. При этом ее составные части — белки, жиры и углеводы — расщепляются на менее сложные вещества, которые всасываются стенками кишечника и поступают в кровь. Кровь разносит их по всем органам и тканям тела, иначе говоря, питает последние.

БЕЛКИ

Белки являются основной составной частью всех клеток и тканей организма. Организм использует белки, содержащиеся в пище, для построения новых и для восстановления старых, изношенных клеток и тканей. Человек должен получать с пищей соответствующее количество белков.

Больше всего белков содержится в продуктах животного происхождения, однако немало их и в некоторых растительных продуктах. Так, 100 г нижеперечисленных продуктов содержат в среднем следующее количество белков; говядина — 20 г, рыба (без костей) — 18 г, яичный белок — 13 г, творог — 19 г, хлеб — 6,5 г, орехи — 17 г, а соевая мука — 40 г.

Прежде чем использовать содержащиеся в пище белки для построения своих тканей, организм должен превратить их в более простые соединения, ибо только в таком виде они всасываются в кровь.

Ценность белков зависит от состава входящих в них аминокислот. Для человека значительно более ценными являются белки животного происхождения, так как в них содержатся все аминокислоты, из которых состоят белки человеческого тела. Не менее трети необходимых для организма белков рекомендуется включать в пищевой рацион в виде белков животного происхождения.

Растительные белки менее сложны — в них меньше видов аминокислот. Однако в белках картофеля и капусты также имеются все аминокислоты, необходимые для построения человеческого организма.

Недостающие в некоторых продуктах аминокислоты можно пополнить путем добавления в пищу других продуктов. Поэтому очень важно разнообразить пищу, так как только такая пища обеспечивает организм всеми необходимыми аминокислотами. Установлено, что гречневая каша с молоком, капуста с яйцом (пирог с капустой и яйцами) являются превосходным сочетанием

аминокислот.

Здоровый организм взрослого человека в нормальных условиях не накапливает запаса белков, и поэтому необходимые белки он должен получать регулярно.

Норма белков в пищевом рационе человека различна. В пище для детей белков должно быть по 2—4 г (высшая норма для маленького ребенка) на каждый килограмм веса ребенка. Не получая достаточно белков, ребенок перестает расти. Однако избыток белка также не является полезным, ибо от этого ухудшается аппетит. Взрослому человеку, занятому умственным трудом или работающему сидя, необходимо не менее чем по 1 г белка на каждый килограмм веса, занимающемуся физическим трудом средней трудности — по 1,5—1,8 г, занятому тяжелым физическим трудом — по 2—2,5 г белка.

Для переваривания белка и его усвоения большое значение имеет способ приготовления пищи. При варке и жареньи мяса или рыбы белковые вещества сильно изменяются. Под действием тепла белки свертываются и при этом вытесняют часть воды. Вместе с водой они вытесняют экстрактивные (вкусовые и пахучие) вещества и часть минеральных солей. Этим можно объяснить то, что вес вареного или жареного мяса уменьшается, то есть, как говорят, мясо уваривается или ужаривается. При варке мясо теряет до 40% своего веса, при жареньи — до 37%, а рыба уменьшается в весе на 17—20%. При варке или жареньи мясо делается более мягким; благодаря этому оно легче переваривается и усваивается организмом. Происходит это потому, что не растворяющееся в воде и не усвояемое организмом вещество, входящее в состав соединительной ткани сырого мяса, — коллаген превращается в клей — глютин. Последний растворяется в воде и усваивается организмом. После растворения глютина и другие белки мышц лучше перевариваются соками пищеварительного тракта. Коллаген начинает превращаться в клей, когда температура продукта достигает 60°. При повышении температуры процесс превращения ускоряется, а при 100° и выше коллаген превращается в глютин особенно быстро. Если кусок говядины весом 2 кг варится в обычной посуде 2—2½ часа, то тот же самый кусок в герметически закрытой кастрюле (автоклаве), где температура достигает около 120°, сваривается за 30—40 минут. Однако такой способ варки имеет и свои отрицательные стороны — изменяется вкус блюд, уничтожаются витамины и пр. Когда мясо или рыба жарятся без воды, то при повышении температуры до 130° коллаген высыхает раньше чем успеет превратиться в глютин. Такое мясо хуже переваривается и усваивается организмом.

Коллаген молодых животных и мяса, имеющего мало соединительной ткани (как, например, филе), при варке превращается в клей значительно быстрее, чем коллаген мяса взрослых животных или твердых кусков мяса шеи, груди и др.

Превращение коллагена в клей можно ускорить посредством прибавления кислоты.

Мясо старых или диких животных и птиц, в котором имеется много соединительной ткани (пленки, жилы), перед жареньем следует мариновать. От этого мясо становится мягче, развариcтее, легче переваривается и лучше усваивается организмом.

При жареньи или варке мяса или же рыбы основные пищевые вещества под действием высокой температуры расщепляются и образуются новые соединения. При этом появляются вкус и запах, которых не чувствуется в сыром мясе. Однако если температура при жареньи слишком высокая (выше 180°), то образуются другие соединения, от которых мясо приобретает запах и вкус горелого.

Экстрактивные вещества варящегося мяса или рыбы переходят в бульон, в котором они варятся. Эти вещества возбуждают аппетит, усиливают выделение пищеварительного сока.

Продукты, варящиеся на пару, теряют меньше экстрактивных веществ, чем варящиеся в воде.

УГЛЕВОДЫ

Углеводы являются для организма основным источником энергии. Больше всего углеводов в виде сахара и крахмала содержится в пище растительного происхождения. Например, в сахаре углеводы составляют 99,9%, в картофельном крахмале — 80%. Очень много углеводов содержится в макаронах (73%), рисе (77%), гречневой крупе (71%), булке (57%), ржаном хлебе (51%). В свежих овощах углеводов немного. В состав овощей и фруктов в большом количестве входят вода и клетчатка, которая почти не переваривается. Частицы не переваренной клетчатки усиливают перистальтику кишок, предохраняют от запора. Много клетчатки имеется в овощах, фруктах и в продуктах из муки грубого помола. При лечебном питании клетчатка иногда употребляется в большом количестве. Например, при лечении ожирения необходимо дать организму непитательную, не калорийную, но объемистую и устраняющую чувство голода пищу. Наоборот, при язве желудка и т. п., когда нельзя раздражать желудок или другие органы пищеварительного тракта, количество клетчатки следует

уменьшить до минимума.

Значение углеводов в питании здоровых людей очень велико. Около % тепловой энергии организм получает за счет углеводов.

Переваренные углеводы всасываются в кровь в виде сахара. Для того чтобы сохранить определенное соотношение сахара в крови, большую часть углеводов желательно вводить в организм в виде крахмала, так как благодаря медленному расщеплению крахмала в пищеварительном тракте образовавшийся сахар постепенно всасывается в кровь. Однако если необходимо, чтобы ткани быстро получили сахар (при сильном умственном или физическом напряжении, при ослаблении сердечной деятельности), то следует употреблять много сахара (иногда его вводят прямо в кровь). Сахар, особенно глюкозу, организм усваивает легко и быстро.

Так же велико значение углеводов при диетическом питании. Если больной организм не может нормально усваивать белки или жиры, то основу питания в это время должны составлять углеводы. При заболеваниях сердца или печени больному дают углеводы — сахар, мед, глюкозу, фруктовый сок и др.

Здоровому взрослому человеку необходимо в сутки около 500—550 г углеводов. При заболевании сахарной болезнью (диабетом) углеводов, а в особенности сахара, почти совсем не дается. В случае заболевания ревматизмом и различными воспалениями употребление углеводов, в особенности сахара, также ограничивается. Для усиленного питания или при желании повысить вес человека углеводов можно давать до 600 г в сутки, но не больше. В лечебных целях количество углеводов в пище можно значительно уменьшить: лежачему больному давать до 120—150 г, а ходячему — до 250—300 г в сутки.

Получая слишком большую норму углеводов, организм откладывает их в виде жиров.

Если желательно уменьшить количество углеводов, то измельченные продукты питания следует промыть. Например, тертый картофель, морковь, свеклу заливают водой и несколько раз промывают, чтобы удалить из них сахар, крахмал и оставить только белковые вещества и клетчатку. Так же поступают с мукой. Лишь после того из этих продуктов приготовляют блюда.

Наоборот, желая сохранить углеводы, продукты варят на пару или в небольшом количестве воды. Сахар легче переваривается и усваивается организмом, чем крахмал, так как он быстрее растворяется в воде. Кроме того, организм усваивает значительно меньше сырого крахмала, чем вареного. Так, организм усваивает только 6,2% крахмала сырого картофеля, а крахмала вареного картофеля — 81%.

Различные овощи имеют различную сопротивляемость варке. Поэтому картофель должен вариться 30-45 минут, фасоль — 1 — 1½ часа, горох некоторых сортов — 30—45 минут, а других сортов — целых 2 часа.

Гораздо дольше приходится варить овощи в соленой, подкисленной или жесткой воде.

Крахмал в овощах и муке находится в виде небольших зернышек. При варке эти зернышки впитывают воду, набухают, их структура разрушается. Зернышки превращаются в пузырьки, наполненные студнеобразной массой — клейстером. Чем больше зернышки разбухают, то есть впитывают воду, тем более объемистым и жидким делается их содержимое, а стенки зернышка все больше растягиваются. Поэтому крахмал может превратиться в клейстер только в большом количестве воды. При слишком продолжительной варке (например, киселя) зернышки крахмала очень сильно набухают, их стенки лопаются, и кисель становится жидким, водянистым. Поэтому, положив крахмал, кисель не следует долго варить, а только заварить и быстро остудить.

Картофельный крахмал набухает в воде, содержащейся в сыром картофеле; вследствие этого при продолжительной варке картофель не увеличивается в объеме, но крахмал превращается в густой клейстер.

Если вареный картофель растолочь или пропустить через мясорубку в горячем виде, то он распадается на отдельные зернышки крахмала и пюре получается рыхлое. Если же растолочь остывший картофель, то стенки крахмальных зернышек разрываются, клейстер вытекает, и пюре становится тягучим, клейким.

Крахмал крупы, гороха, фасоли набухает в воде, в которой они варятся, и потому объем их увеличивается.

Под действием тепла ароматные вещества овощей (моркови, петрушки, порея, сельдерея, лука и др.) испаряются. Если положить в суп или соус коренья в неподготовленном виде, то большинство ароматных веществ испарится из них, пока они варятся, и готовые блюда не будут иметь ни хорошего запаха, ни вкуса. Перед тем как класть коренья в суп, их следует нарезать и слегка поджарить с небольшим количеством жира (пассировать). Нарезанные коренья на сковородке перемешивают, чтобы каждый кусочек покрылся жиром. Жир поглощает выделяющиеся ароматные вещества, а когда поджаренные коренья кладут в суп или соус, эти вещества постепенно переходят в приготовляемое блюдо.

Жиры не только впитывают ароматные вещества — при

жареньи в них растворяется часть красящих веществ, находящихся в овощах. Поэтому перед тем как класть в приготовляемое кушанье томатное пюре, его всегда следует слегка поджарить. Благодаря этому значительно улучшается внешний вид кушанья.

ЖИРЫ

Жиры почти вдвое более концентрированный источник тепловой энергии, чем углеводы. Подкожный слой жира, вместе с тем предохраняет организм человека от холода, а внутренние органы от повреждения.

Жиры бывают растительные и животные. При нормальном употреблении жиров организм здорового человека одинаково хорошо усваивает их. Однако жиры животного происхождения являются более ценными, так как в некоторых из них (напр., в сливочном масле) содержатся витамины. От избытка жиров в человеческом организме накопляются жировые запасы. При нетяжелой физической работе взрослый человек должен получать около 80—100 г жиров в сутки. Потреблять более 150 г жиров в сутки опасно, так как их избыток может вызвать различные нарушения деятельности пищеварительного тракта. При болезнях печени потребление жиров уменьшается до 60—70 г в сутки.

В кулинарной практике жиры употребляются при изготовлении блюд из малокалорийных продуктов, например из овощей, так как жиры увеличивают их калорийность и улучшают вкус. Слишком продолжительная варка жиров в супе или других приготовляемых блюдах изменяет их вкус и запах, и они приобретают салистый привкус. При диетическом питании рекомендуется класть сливочное масло в готовое блюдо перед самой подачей больному. При жареньи на большем огне изменяется химический состав жиров, а образовавшиеся при этом вещества раздражают желчные пути и желчный пузырь. Поэтому при болезнях печени противопоказаны жареные блюда.

Опыты над животными показали, что жиры являются необходимой составной частью пищи. Животные, которых кормили пищей, лишенной жиров, по своему внешнему виду мало отличались от контрольных животных, однако они были гораздо более чувствительны к изменениям температуры, жизнь их была менее продолжительна, ткани тела содержали значительно меньше фосфора, имеющего большое значение для деятельности нервной системы.

ВИТАМИНЫ

Хотя витамины не являются источником энергии, они необходимы для живого организма. Недостаток какого-либо витамина в пище неблагоприятно отражается на общем состоянии организма и ведет к заболеванию отдельных органов.

В настоящее время открыто много витаминов. Одни из них растворяются в воде, другие — только в жирах. По растворяемости и теплостойкости витамины подразделяются на группы. Витамины групп С и В растворимы в воде, витамины А, Д, Е — в жирах.

Витамин А часто называют витамином роста, так как он, способствуя нормальному развитию скелета, имеет особенно большое значение в период роста. При отсутствии витамина А человек заболевает куриной слепотой. Витамин А предохраняет также от заболеваний слизистую оболочку дыхательных путей и желудочно-кишечного тракта.

Витамин А содержится в сливочном масле, молоке, сметане, яичном желтке, в печени животных; особенно богат им рыбий жир. Печень человека может вырабатывать витамин А из каротина, который содержится в моркови, шпинате, салате, щавеле, в ягодах шиповника и других продуктах. В сутки человеку требуется около 2 мг витамина А.

Витамины группы В (B_1, B_2, РР и др.) предохраняют нервную систему, кожу, желудочно-кишечный тракт, кровь и другие органы от заболеваний. Витамины группы В растворимы в воде. Они весьма теплостойки, и поэтому в вареной или жареной пище количество их почти не уменьшается. В сутки человеку нужно около 2 мг витаминов группы В, которые он получает при употреблении в пищу продуктов из муки грубого помола (витамин B_1 содержится в отрубях). Витамины этой группы содержатся также в бобовых растениях, в свинине и курятине.

Витамин Д принимает участие в процессе обмена минеральных веществ, поэтому он особенно необходим детям и подросткам для нормального развития и предохраняет от рахита. Этот витамин необходим и для взрослых, если они работают в таком помещении, куда не проникают непосредственно солнечные лучи.

Витамин Д содержится в яичном желтке, в печени животных, в рыбьем жире и др.

Витамина Д человек должен получать в сутки до 0,025 мг.

Витамин С, называемый также противоцинготным витамином, предохраняет от заболевания цингой и увеличивает сопротивляемость организма различным инфекциям. Он широко

применяется при лечебном питании. Здоровому человеку необходимо в сутки около 50 мг витамина С. При различных заболеваниях норму этого витамина следует значительно увеличить.

Витамин С содержится в свежих овощах, фруктах и ягодах. Особенно много витамина С содержат ягоды шиповника. Он имеется также в коровьем молоке, причем количество витамина в значительной степени зависит от корма, получаемого коровой. Летом при пастбищном содержании коров витамина С в молоке больше, чем зимой. Витамин С растворяется в воде; он легко разрушается при нагревании и воздействии щелочей, окисляется при соприкосновении с некоторыми металлами (железо, медь), разрушается от воздействия кислорода воздуха и теряет свою активность. Имея в виду эти свойства витамина С, следует соблюдать следующие правила варки пищи:

1) очищать овощи и готовить блюда непосредственно перед употреблением;

2) закладывать овощи для варки в кипящую воду, так как в ней содержится меньше кислорода воздуха;

3) варить овощи в закрытой посуде;

4) приготовленные овощные блюда хранить не более 1½ часа;

5) жидкость, в которой варились овощи, употреблять для супов;

6) сваренные для винегрета или салата овощи, особенно в очищенном виде, не хранить продолжительное время.

ТАБЛИЦА СОДЕРЖАНИЯ ВИТАМИНОВ В ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТАХ*

Наименование продуктов	в 100 граммах продукта содержится витаминов (в мг)				
	A	B_1	B_2	PP	C
Хлеб ржаной	—	0,15	0,07	0,9	—
Хлеб пшеничный белый	—	0,03	0,05	1,8	—
Крупа	—	0,20	—	4,4	—

гречневая.....					
Крупа ячневая	—	0,20	0,15	2,5	—
Крупа овсяная	—	0,30	0,06	1.0	—

* Таблица заимствована из «Книги о вкусной и здоровой пище», изд. 1953 г.

Продолжение

Наименование продуктов	В 100 граммах продукта содержится витаминов (в мг)				
А	B_1	B_2	PP	C	
Горох	—	0,09	1,00	2,4	—
Чечевица.....	—	0,16	0,05	—	—
Говядина	0,04	0,20	0,17	6.4	2,0
Баранина	—	0,13	0,12	—	—
Свинина	0,04	0,40	0,20	5,6	1,3
Печенка	30,0	0,40	1,61	22,0	31,6
Курица.....	—	0,16	0,16	6,9	—
Судак.....	0,06	—	0,03	—	0,6
Сазан.....	0,20	0,01	0,02	—	0,5
Треска.....	—	0,05	1,09	1,1	—
Молоко.....	0,10	0,05	0,17	0,08	1,0
Масло коровье (сливочное и топленое)	1,2	—	—	—	—
Сыр	0,9	0,03	0,35	—	—
Яйца (1 шт.).....	1,3	0,07	0,16	0,12	—
Картофель..	0,02.	0,07	0,04	5,5	10,0
Капуста	0,02	0,14	0,07	4,5	30,0

свежая.....					
Капуста квашеная с рассолом....	0,02	0.02	0,07	0,3	20,0
Капуста квашеная, хранившаяся без рассола	0,02	0,02	0,07	0,3	—
Морковь	9,00	0,10	0,07	14,4	5,0
Свекла.....	0,01	0,12	О,03	4,7	10,0
Огурцы	0,06	0,06	0,01	8,0	5,0
Лук репчатый.....	0,02	0,07	0,01	—	10,0
Помидоры красные.....	2,00	0,07	0,04	16,5	40,0
Редиска	—	0,03	0,01	-	20,0
Салат.....	0,01	0,14	0,07	-	30,0
Щавель.....	6,0	0,10	0,18	5,8	45,0
Яблоки разные.....	0,09	0,04	0,04	3,5	7,0
Абрикосы	2,00	—	0,01	—	7,0
Вишни	0,30	—	—	—	15,0
Виноград	0,02	—	0,01	_	3,0
Клюква	—	—	—	—	10,0
Крыжовник	1,1	—	—	—	50,0
Смородина черная	0,7	0,06	—	—	30,0
Смородина красная	—	0,07	—	—	30,0
Малина	0,25	0,07	—	—	25,0
Земляника	0,05	—	—	—	30,О
Апельсины	0,30	0,06	0,03	—	40,0

Мандарины	0,45	0,05	—	—	30,0
Лимоны	0,40	0,05	—	—	40,0

ТАБЛИЦА СОХРАННОСТИ ВИТАМИНА С ПРИ КУЛИНАРНОЙ ОБРАБОТКЕ ПРОДУКТОВ*

Наименование блюд	**Сохранность витамина С (в % от содержания его в исходном продукте)**
Щи из свежей или квашеной капусты свежеприготовленные	50
Щи из свежей капусты, простоявшие 3 часа на плите при 70°- 75°	20
Супы из ботвы и дикорастущей зелени..	50
Капуста тушеная.....	15
Картофель вареный в кожуре	75
Картофель вареный в очищенном виде.....	60
Картофельное пюре.....	20
Суп картофельный, свежеприготовленный.....	50
Суп картофельный, простоявший 3 часа на плите при 70°- 75°	30

* Таблица заимствована из «Книги о вкусной и здоровой пище», изд. 1953 г,

МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА

Кроме вышеупомянутых веществ, человеку необходимы минеральные вещества (соли), которые входят в состав всех клеток и тканей тела.

Наукой установлено, что кальций и фосфор необходимы для костей, соли калия и магния — для мышечной системы, сердца и всего организма. Фосфор необходим также для нервной системы. Для людей, занятых тяжелым физическим или умственным трудом, фосфора требуется больше, чем для работающих менее

интенсивно. Являясь составной частью гемоглобина крови, железо способствует снабжению тканей кислородом. Для крови необходимы также соли меди и др. Установлено, что потребление минеральных солей человеческим организмом зависит от характера и условий работы, возраста человека, от климата и т.п. Если человек питается разнообразной животной и растительной пищей, то минеральными солями организм обеспечивается в достаточном количестве и необходимо добавлять в пищу только поваренную соль. Поваренная соль не только улучшает вкус блюд: человек, продолжительное время не получающий соли, начинает жаловаться на головокружение, сердцебиение, обмороки. Наоборот, при употреблении пересоленной пищи перегружаются почки и другие органы. Человеку требуется в день около 15 г соли. Летом, при обильном выделении пота, количество соли можно увеличить до 20—25 г в сутки.

ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ И КАЛОРИЙНОСТЬ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ*

Наименование продуктов	В 100 г продуктов содержится (в г)			Человек использует из них в сутки		Калорийность 100 г продукта (ккал)	белковкка (г)	л. (ккал.)
	белки	жиры	углеводы	клетчатка	зола	вода			
Мясо без костей и сухожилий									
Говядина, жирная	19,0	25,0	следы	—		55,0	310	18,0	300
. . .									
Телятина, жирная	19,0	11,0	"	—		69,0	180	18,0	171
. . .									
Баранина, жирная	17,0	29,0	"	—		53,0	340	16,0	330
. . .									
Свинина средняя	13,0	21,0	"	—		1,0	60,0	269	17,0	255

Сало свиное жирное свежее	2,8	85,0	—	—	1,7	10.0	802	2,7	780
Конина тощая	22,0	3,0	0,3-0,9	—	1,0	73,0	118	20,0	110
Печенка	21,0	6,0	0,2-3,8	—	1,5	70,0	142	19,0	135
Почки	18,0	5,0	—	—	1,3	76,0	120	16,0	110
Сердце	17,0	12,0	—	—	0,9	70,0	181	16,0	170
Легкие	18,0	3,0	—	—	1,2	78,0	102	17,0	95
Зайчатина	23,0	1,0	следы	—	1,2	74,0	103	21,0	95
Кролик жирный	20,0	19,0	"	—	1,1	60,0	259	19,0	245
Косуля	20,0	2,0	"	—	1,1	76,0	101	19,0	90
Гусь жирный	14,0	44,0	"	—	0,7	41,0	466	13,0	445
Курица жирная	19,0	9,0	"	—	0,9	70,0	162	18,0	152
,, худая	21,0	1,0	"	—	1,3	76,0	95	20,0	85
Колбасы									
Ливерная, высшего сорта	14,0	33,0	"	—	2,7	50.0	364	12,0	340
Кровяная, высшего сорта	14,0	32,0	"	—	2,7	51,0	355	12,0	330
Сосиски	14,0	14,0	"	—	3,3	69,0	188	12,0	170
Сосиски свиные	12,0	35,0	"	—	5,1	47,0	374	10,0	350
Колбаса копченая	28,0	48,0	"	—	6,7	17,0	560	26,0	530

Жиры

Масло сливочное несоленое	0,8	84,5	0,5	—	0,2	14,0	791	0,8	785
„ „ соленое	0,6	83,8	0,5	—	2,0	13,2	784	0,6	780
„ „ топленое	0,1	99,5	—	—	0,2	0,3	926	0	920
Сало свиное топленое	0,1	99,5	—	—	0,1	0,3	926	0	920
Маргарин несоленый	0,5	83,0	0,5	—	0,2	16,0	776	0,5	770
„ „ соленый	0,5	82,0	0,5	—	2,0	15,0	767	0,5	760
„ „ топленый	0,1	99,0	0,1	—	0,2	0,5	922	0	915
Масло растительное оливковое, ореховое, льняное)	0	99,5	—	—	0,1	0,3	925	0	920

* Таблица заимствована из кн. проф. В. Лашаса и канд. мед. наук В. Римкевичюте «Физиология пищеварения и питания».

продолжение

Наименование продуктов	В 100 г продукта содержится (в г)					Калорийность продукта	Из всего количества продукта человек использует из них в сутки		
	белки	жиры	углеводы	клетчатка	зола	вода	100 г продукта (ккал.)	белков (г)	ккал. (ккал.)
Рыба									
Камбала	16,0	1,0	—	—	1,1 (отходы 50%)	82.0	75	7,0	33
Треска	16,0	0,3	—	—	1,3 (отходы 50%)	82,0	68	7,0	30
Угорь..	12,0	28,0	—	—	0,9	58,0	309	9,0	225

					(отходы 25%)				
Карп	17,0	9,0	—	—	1,2 (отходы 50%)	73,0	154	8,0	70
Щука, линь, судак . . .	18,0	0,4	—	—	1,2 (отходы 50%)	80,0	77	8,0	35
Камбала копченая . . .	23,0	1,0	—	—	3,4 (отходы 50%)	72,0	103	11,0	50
Сельдь соленая	20,0	17,0	—	—	14,0 (отходы 30%)	48	240	13,0	155
Камбала, треска (сушеная, соленая)	48,0	2,0	—	—	21,0 (отходы 20%)	34,0	195	31,0	140
Икра тресковая	16,0	3,0	3,0	—	15,0	63,0	106	15,0	100
Яйца									
Яйцо без скорлупы . . .	14,0	11,0	0,6	—	0,9	74,0	162	13,0	150
Молочные продукты									
Молоко коровье	3,4	3,4	4,7	—	0,75	88,0	65	3,1	63
Сливки	3,4	10,0	4,0	—	0,6	82,0	123	3,1	120
Молоко снятое.....	3,4	0,1	4,7	—	0,7	91,0	34	3,0	30
Пахта	3,4	0,5	4,7	—	0,7	91,0	38	3,0	33
Сыворотка.....	0,6	0,1	5,0	—	0,6	94.0	24	0,6	20
Молоко сгущенное (до ½)	6,0	7,0	9,0	—	1,5	77,0	128	5,0	120
Творог	19,0	0,6	2,3	—	1,5	77,0	94	18,0	85

.....									
Сыр белый тощий	38,0	2,0	3,0	—	4,4	52,0	186	35,0	167
. . .									
„ жирный	26,0	30,0	2,1	—	4,6	37,0	394	24,0	375
. .									
„ сметанный	16,0	37,0	1,7	—	2,9	42,0	416	15,0	395
.									
Мучные пищевые продукты									
Мука ржаная помол 94%.....	8,7	1,5	72,0	1,6	1,6	14,5	345	4,0	300
„ 82%	8,0	1,5	74,0	0,9	1,1	14,5	350	5,0	308

продолжение

Наименование продуктов	В 100 г продукта содержится (в г)						Калорийность 100 г продукта (ккал.)	Человек использует из них в сутки	
	белки	жиры	углеводы	клетчатка	зола	вода		белки (г)	ккал.
Мука пшеничная помол 70%	6,9	1,1	76	0,4	0,8	14,5	350	4,0	310
Мука пшеничная помол 94%	12,6	1,9	68,0	1,8	1,6	14,5	349	7-8	288
„ помол 80%	12,4	1,6	70	0,5	1,0	14,5	353	9,0	300
Крупчатка....	11,8	1,5	71,0	0,2	0,6	14,5	354	10,0	305
Крупа пшеничная..	11,5	0,7	76,0	0,2	0,5	11,0	365	8-9	300
„	10,0	2,3	73,0	1,6	2,2	10,0	362	5-8	300

ячневая....									
Овсяные хлопья.....	14,0	6,7	65,0	1,4	1,9	11,0	386	12-13	360
Рис (и мука).....	8,0	0,5	77,0	0,5	0,8	13,0	354	6-6,5	320-345
Кукурузная мука и крупа....	9,0	2,1	75,0	0,9	0,9	12,0	364	7-8	316
Крупа гречневая....	11,0	1,5	71,0	1,0	1,9	14,0	350	8,0	308
Мука гречневая.....	8,0	2,1	74,0	0,7	1,1	14,0	355	6,0	310
Лапша, макароны...	12,0	0,7	73,0	0,6	0,7	13,0	355	10-11	340
Хлеб ржаной									
Хлеб ржаной	6,5	1,0	51,0	1,5	1,4	39,0	245	4,0	210
„ тонкого помола....	6,0	0,8	54,0	0,8	1,2	37,0	253	3,0	220
„ грубого помола....	7,8	1,1	46,0	1,6	1,5	42,0	231	3-3,5	200
Хлеб пшеничный									
Хлеб пшеничный грубого помола	8,4	0,9	49,0	1,1	1,3	39,0	244	6,0	210
Сухари (сдобные)...	13,0	6,2	71,0	0,3	2,6	7,0	402	12,0	370
Овощи									
Морковь...	1,0	следы	9,0	1,0	0,7	88,0	41	0,5	25
Репа....	1,0	„	4,0	0,7	0,5	94	20	0,25-0,4	20
Брюква...	1,0	„	7,0	1,4	0,7	89,0	33	0,25-0,4	28
Свекла...	1,0	„	7,0	1,0	0,9	90,0	33	0,6	30
Редька.....	2,0	„	8,0	1,6	1,1	87,0	41	0,6	20
Редис.....	1,0	„	4,0	0,8	0,7	93,0	20	0,4	15
Хрен.....	3,0	„	15,0	2,8	1,5	77,0	74	1,0	25
Лук.....	1,0	„	9,0	0,7	0,6	88,0	41	—	—
Чеснок.....	7,0	„	26,0	0,8	1,4	65,0	135	—	—
Кольраби.....	2,5	„	6,0	1,2	1,0	89,0	35	1,0	20

продолжение

Наименование продуктов	В 100 г продукта содержится (в г)			Калорийность			Человек использует из них в сутки		
	белки	жиры	углеводы	клетчатка	зола	вода	100 г продукта (ккал.)	белок (г)	ккал. (ккал.)
Капуста белокочанная..	1,5	следы	4,0	1,2	0,9	92,0	22	1,0	15
„ красная...	2,0	„	4,0	1,1	0,7	92,0	25	1,0	15
„ савойская..	3,0	„	4,0	1,1	1,2	90,0	30	2,3	15
„ брюссельская...	5,0	„	7,0	1,5	1,5	85,0	49	3,0	25
„ цветная....	2,5	„	4,0	0,9	0,8	91,0	27	2,0	15
Капуста квашеная..	1,0	„	5,0	1,0	1,6	91,0	24	—	—
Шпинат..	2,0	„	2,0	0,5	1,9	93,0	16	1,6	15
Салат..	1,0	„	2,0	0,6	0,9	95,0	12	1,0	8
Горошек зеленый..	7,0	„	12,0	1,9	0,9	78,0	78	4,0	60-70
Бобы зеленые...	3,0	„	6,0	1,2	0,7	89,0	37	2,0	30
Арбузы	1,0	„	7,0	1,2	0,7	90,0	33	0,6	мало
Огурцы	0,6	„	1,0	0,3	0,4	98,0	7	—	—
Помидоры....	1,0	„	4,0	0,8	0,6	93,0	20	—	—
Бобы...	26,0	2,0	47,0	8,3	3,0	14,0	318	17	260
Фасоль	24,0	2,0	56,0	3,9	3,0	11,0	347	17,0	310
Горох сухой.....	23,0	2,0	52,0	5,6	3,0	14,0	326	15-16	280-300
Мука гороховая.....	26,0	2,0	57,0	1,3	3,0	11,0	359	17-18	310-330
Картофель без кожуры..	2,1	0,1	21,0	0,7	1,1	75,0	96	1,6	74
Крахмал картофельный..	0,9	0,1	80,0	0,1	0,6	18,0	333	—	320
Грибы									
Боровики свежие..	5,0	(0,4)	5,0	1,0	1,0	87,0	43	2,5	36

„	0	(2,7)	36,0	6,9	6,5	13,0	302	25,0	210
„ сушеные..									
Лисички	2,0	(0,4)	5,0	0,9	1,2	90	30	1,3	23
Ягоды и фрукты									
Яблоки	0,4	—	14,0	1,3	0,4	84,0	59	0	40
Яблоки сушеные..	1,0	—	60,0	31	13	250	0	200	
Груши	0,4	—	14,0	2,6	0,4	83	59	0	40
Груши сушеные..	1,0	—	61,0	6,5	1,7	29,0	258	0	200
Апельсины..	0,8	—	14,0	0,5	0,5	84,0	60	0	26
Земляника..	1,0	—	9,0	4,0	0,7	85,0	41	—	21
Малина	1,0	—	8,0	5,7	0,6	84,0	37	—	20
Ежевика	1,0	—	9,0	4,0	0,5	85	41	—	20
Черника	0,8	—	12,0	2,2	0,4	84,0	52	—	20
Брусника	0,7	—	13,0	1,8	0,3	84,0	56	—	20
Смородина	1,0	—	10,0	4,3	0,7	84,0	45	—	20
Крыжовник	0,9	—	10,0	2,7	0,5	86,0	45	—	20

продолжение

Наименование продуктов	В 100 г продукта содержится (в г)			Калорийность			Человек использует из них в сутки		
	белки	жиры	углеводы	клетчатка	зола	вода	100 г продукта	белков (г)	ккал. (ккал.)
Виноград..	0,7	—	18,0	1,2	0,5	79,0	76	0	61
Изюм..	2,0	—	64,0	7,1	1,7	25,0	27	—	21
Бананы	1,0	—	23,0	0,8	0,9	74,0	98	0,4	93
Вишни сладкие..	0,8	—	16,0	0,3	0,5	82,0	69	следы	40-50
Вишни кислые...	0,9	—	13,0	0,3	0,5	85,0	57	„	40-50
Абрикосы.....	0,9	—	12,0	0,8	0,7	85,0	53	„	35
Абрикосы сушеные..	4,0	—	57,0	4,4	3,7	31,0	250	„	160
Сливы..	0,8	—	17,0	0,5	0,5	81,0	73	„	40-50
Сливы сушеные с	2,0	—	53,0	15,0	2,3	27,0	225	„	130

косточками									
Ревень	0,7	—	3,0	0,6	0,9	95,0	16	0,4	9
Орехи без скорлупы..	17,0	63,0	7,0	3,2	2.5	5,0	684	16,0	670
Орехи грецкие	17,0	58,0	13,0	3,0	1,7	7,0	663	16,0	650
Миндаль сладкий..	21,0	53,0	14,0	3,6	2,3	6,0	636	20,0	620
Сахар.....	—	99,9	—	0,1	—	395	—	390	
Солодовый экстракт . . .	3,8	—	75,0	—	1,5	20,0	315	3,5	300
Мед пчелиный.....	0,3	—	80,0	—	0,3	19,0	300	0	300
„ искусственный . . .	—	—	80,0	—	0,2	20,0	300	0	300
Какао в порошке . . .	26,0	13,0	41,0	6,7	6,2	7,0	396	18,0	360
Шоколад с 55% сахара .	7,0	22,0	65,0	1,8	1,7	2,0	500	5,2	450
Кофе желудевый	14,0	16,0	53,0	5,1	3,7	8,0	423	10,0	380

Для обеспечения организм а минеральными солями рекомендуется употреблять больше молока и молочных продуктов, а также различных овощей.

ВОДА

Около 2/3 человеческого организма составляет вода. Пища должна постоянно пополнять то количество воды, которое выводится из организма с потом и через органы выделения. Кроме того, пищевые вещества, поступившие в пищеварительный тракт человека, значительно легче перевариваются в жидком виде. Переваренные вещества могут попасть в кровь только будучи растворенными в жидкости.

Больше всего воды содержат овощи: в них имеется до 90% и

более воды. Меньше всего воды содержится в топленых жирах и сушеных продуктах.

В сутки человек должен получать 2—3 литра воды (включая и ту воду, которая содержится в пище). Занятые тяжелым трудом или сильно потеющие люди нуждаются в еще большем количестве воды.

КАЛОРИЙНОСТЬ ПИЩИ

Белки, жиры и углеводы, имея специальное назначение — поддержание жизни организма, вместе с тем являются источником энергии, затрачиваемой различными органами и мышцами на выполнение их специфической работы.

При окислении продуктов, или, как говорят, при сгорании пищи, образуется тепло, которое частью идет на поддержание температуры тела, а частью превращается в другие виды энергии.

Тепловая энергия измеряется калориями.

Большой калорией называется количество теплоты, необходимое для нагревания одного килограмма воды на 1° С.

Один грамм переваренных белков дает организму 4,1 б. калории, столько же калорий дает и 1 грамм переваренных углеводов, а 1 грамм переваренных жиров дает 9,3 калории.

Калорийность суточного рациона здорового человека, а также количество необходимых пищевых веществ зависят от его возраста и от характера и условий труда.

Институт питания Академии медицинских наук СССР установил, сколько калорий необходимо для людей различных профессий и разного возраста. По калорийности пищи рацион для взрослых Институт подразделяет на 4 группы:

для работников умственного труда и для работающих сидя необходимо 3000 калорий;

для людей, занятых механизированным физическим трудом, — 3500 калорий;

для людей, занятых немеханизированным физическим трудом средней трудности, — 4500 калорий;

для людей, занятых тяжелым физическим трудом, — 4500—5000 калорий.

Иначе говоря, человек должен получать с пищей столько калорий, сколько потребляет его организм.

СОСТАВЛЕНИЕ И РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ПИЩЕВОГО РАЦИОНА

Зная, сколько основных элементов пищи и сколько калорий требуется для здорового человека определенной профессии, можно практически составить пищевой рацион по прилагаемой таблице химического состава и калорийности продуктов.

Например, человеку, весящему 70 кг и выполняющему немеханизированную работу средней трудности, согласно установленной Институтом питания группе, необходимо 4500 калорий.

Наибольшая норма белков составляет 1,8 г на 1 кг веса, а на 70 кг она составляет 126 г, или 516 калорий.

Жиров необходимо 100 г, что составляет 930 калорий.

Сложив калорийность белков и жиров (516 + 930), получаем 1446 калорий. Отняв от 4500 калорий 1446 калорий, получим 3054 калории, которые организм должен иметь за счет углеводов. 1 г углеводов дает 4,1 калории; таким образом, 3054 калории организм получит, использовав 745 г углеводов.

Итак, в этом случае пищевой рацион должен состоять из 126 г белков, 100 г жиров и 745 г углеводов; кроме того, требуется около 15 г поваренной соли, 2,5—3 литра воды и витамины.

При составлении рационов жиры можно заменять углеводами и наоборот (но не употреблять более 150 г жиров в сутки), так как и те и другие являются источником энергии.

Заменяя одни продукты питания другими, необходимо учитывать их калорийность и принимать во внимание степень их усвояемости. Как известно, организм усваивает растительные продукты хуже, чем животные.

Большое значение для пищеварения имеет правильное распределение пищи в течение дня как по калорийности, так и по виду продуктов.

Подбирая блюда, очень важно не упускать из виду, в какое время года они подаются. Летом все охотно едят холодные блюда, а зимой необходимы горячие блюда, кроме закусок и сладких блюд. Летом не рекомендуется также есть трудноперевариму пищу, например гороховый суп, кислую капусту, жирное мясо и т. п.

Рекомендуется принимать пищу 4 раза в сутки, строго придерживаясь установленных часов. На завтрак выделяется 25 -30% всего суточного рациона, на полдник (если обед бывает в 18 —19 часов) — 10—15%, на обед — 40—45% и на ужин — 15—20%. Взрослые могут есть 3 раза в день; в таком случае на завтрак выделяется 30% калорий суточного рациона, на обед — 40—50% и на ужин — 20—25%.

Суточную норму белков следует распределять на 2 части: одну подавать на обед, а вторую на завтрак и ужин.

Завтрак должен быть достаточно питательным. На завтрак рекомендуется подавать какое-либо горячее блюдо — мясное, овощное, рыбное, мучное, яйца, а также кофе, какао или молоко.

Очень удобно использовать для завтрака различные мучные, овощные и мясные полуфабрикаты, блюда из которых достаточно питательны и могут быть быстро приготовлены.

Обед дол жен составлять основу суточного рациона и быть особенно сытным. Рекомендуется употреблять на обед такие продукты, которые долго перевариваются, — мясо, рыбу, бобовые и др. Они продолжительное время находятся в желудке, требуют много пищеварительных соков и дают ощущение сытости.

Обед обычно состоит из 2, 3 или 4 блюд, которые следует правильно сочетать. Так, если подается мясной суп, то второе блюдо может быть овощное (напр., овощная запеканка, фаршированные овощи, блины и т. п.). И, наоборот, если второе блюдо мясное с салатом из красной капусты и картофеля, то на первое следует подавать молочное мучное блюдо.

Если на первое подается суп из капусты, свеклы или других овощей, то к мясу не следует подавать гарнир из тех же овощей. Если суп приготовляется с молочными клецками, то ни на второе, ни на третье блюдо не следует подавать мучное.

Для возбуждения аппетита перед супом подаются холодные закуски, обычно острые, как, например, селедка, маринованные грибы, рыба в майонезе и т. д.

Во время сна пищеварение замедляется, поэтому рекомендуется ужинать за 2 часа перед тем как лечь спать, подбирать легкоперевариму пищу (овощную запеканку, овощное рагу, вареные овощи с маслом, вареную рыбу, картофель с простоквашей, чай с вареньем, кисель и т. п.).

На праздничный ужин подаются такие же блюда, как и на обед, за исключением супов.

Сладкие блюда и черный кофе или чай подаются последними, обычно после некоторого перерыва.

ПОДАЧА ПИЩИ НА СТОЛ

Для удовлетворения всевозрастающих потребностей советского человека требуется культурная и уютная обстановка как в обществе, так и в своей семье, во всей повседневной жизни. Необходимо распределять свой заработок так, чтобы удовлетворялись все запросы: на питание, одежду, культурные нужды, на квартиру, приобретение необходимого инвентаря, на сбережения и т. д. В бюджете семьи значительную часть средств необходимо выделять на питание, так как оно является основой здоровья.

Использование пищи организмом человека сильно зависит от ее вкуса, запаха, внешнего вида. Приготовленную пищу необходимо подавать в уют ном, чистом помещении, на красиво убранный стол. Часто случается, что хозяйка, приготовив вкусные блюда, подает их в та ком неприглядном виде, что пропадает весь аппетит.

При наличии просторной квартиры для питания отводится отдельная комната — столовая. Приспособляясь к квартирным условиям, можно кушать и в других комнатах, например, на кухне. Кухня должна быть аккуратно прибрана, проветрена. Столы, плита и пол должны быть чистыми. То же самое следует сказать и о еде в любой другой комнате или столовой.

Соответственно с ресурсами, которыми располагает семья, следует приобрести хозяйственный инвентарь — кухонную и столовую посуду и принадлежности, которые облегчали бы работу на кухне и создавали уютную обстановку за столом.

СТОЛОВАЯ ПОСУДА И ПРИНАДЛЕЖНОСТИ

Они подразделяются на 3 группы: 1) кухонная посуда и принадлежности, употребляемые для изготовления пищи, 2) повседневная столовая посуда и принадлежности, 3) столовая посуда и принадлежности для торжественных случаев.

Повседневная столовая посуда чаще всего бывает фаянсовой или стеклянной, а столовые приборы — металлическими. После еды их моют, вытирают и кладут в посудный шкаф.

Для повседневного употребления необходимо иметь не менее чем по одному комплекту столовой посуды на каждого члена семьи.

Комплект состоит из следующих предметов:

глубокая тарелка для супа диаметром 24 см;

мелкая тарелка для второго блюда диаметром 24 см, закусочная тарелка диаметром 20 см, тарелочка для хлеба диаметром 17 см;

чайная чашка или стакан и блюдце, нож, вилка, столовая ложка, чайная ложка, посуда для компота, киселя и пр.

Кроме того, необходимо иметь посуду для подачи пищи на стол, например: суповую вазу, блюда для второго, для холодных закусок, салатники, кофейник, сахарницу, молочник, рюмки для яиц, солонки, горчичницу, судок для хрена, разливательную ложку и другую посуду, подбираемую по желанию хозяйки.

Столовая посуда и принадлежности для особых случаев употребляются во время праздников, приемов. Количество и сорт посуды зависят от потребностей. Обычно комплект этой посуды состоит из обеденного и чайного сервизов. Отдельные предметы сервиза имеют одинаковую форму и цвет. Чайный сервиз иногда состоит из предметов нескольких цветов, но одинаковой формы: комплект для одного лица (десертная тарелка, чайное блюдце и чашка) бывает одного цвета, другой такой же комплект — другого цвета, третий — третьего, а весь сервиз является сочетанием предметов нескольких цветов, но одинаковой формы. Таким образом, можно избежать монотонности посуды, сохраняя ее единство и стиль.

Обеденный сервиз состоит из следующих предметов: глубокие тарелки для супа, мелкие тарелки, закусочные тарелки, тарелочки для хлеба, овальное блюдо для второго, круглая миска для овощных и сладких блюд (например, для цветной капусты, для фаршированных помидоров, для пудингов и др.), овальные блюда разной величины для холодных закусок, салатники для винегретов, салатов или гарниров ко вторым блюдам, соусники, суповые миски. К этому сервизу можно добавить чашки емкостью 350—400 г с блюдцами для бульона, солонки, судки для горчицы, хрена и пр.

Обеденный сервиз бывает на 6, 12 и 24 человека.

Чайный сервиз состоит из чайника, чайных чашек (емкостью 150— 200 г) с блюдцами, десертного блюда (диаметром 20 см), молочника, сахарницы, тарелки для печенья.

Кофейные чашки для черного кофе могут быть и меньшего размера (емкостью 60 г) с блюдцами соответствующей величины. Кроме того, в сервиз входят: кофейник, сахарница, молочник, тарелочки и большая тарелка для печенья. Такие чашечки обычно употребляются для послеобеденного кофе.

Как во время обеда, так и в других случаях употребляются стаканы, хрустальные или иные вазы для фруктов, печенья, для десерта (компота, кремов и пр.).

Столовые приборы бывают металлические: ножи — из нержавеющей стали, а столовые ложки, вилки и десертные ложки — из металлических сплавов, иногда посеребренные или серебряные.

Блюда и глубокие миски употребляются для подачи пищи на стол. Они удобны тем, что пища в них сохраняется в теплом виде до подачи ее на стол.

К столовым приборам относятся разливательные ложки (половники) для супов и соусов, щипцы или лопаточки для пирожных, подносы и др.

Для жаренья яичницы и других быстро приготовляемых блюд употребляются алюминиевые сковородки. Такие блюда подаются на стол в сковородке, поставленной на тарелку.

Для бефстроганова или других блюд, подаваемых на стол вместе с соусом, употребляются глубокие металлические миски. Их можно заменить стеклянными мисками из огнеупорного стекла. Эта посуда удобна тем, что в ней можно не только сохранять в горячем виде пищу, но и варить или жарить и в этой же посуде подавать на стол.

Стеклянная посуда нужна для напитков и некоторых сладких блюд. Употребляется также и хрустальная посуда.

Чаще всего употребляется следующая стеклянная посуда: чайные стаканы (емкостью 180—200 г), рюмки для водки (30—50 г), рюмки для красного вина (75—100 г), для белого вина чаще всего цветные (100 г), для шампанского (100—140 г).

Самые маленькие рюмочки (25 г) предназначаются для коньяка и ликеров.

Графины бывают различной величины. Графины емкостью более 1 литр а употребляются для воды и пива.

Кувшины предназначаются для кваса и пива. Для крюшона употребляются специальные вазы или хрустальные кувшины с крышкой и стаканы из этого же комплекта.

Красивая стеклянная или хрустальная посуда украшает стол, но она дорога и быстро бьется. С ней необходимо обращаться очень осторожно.

Ее следует ставить в буфете так, чтобы отдельные предметы не соприкасались друг с другом, так как при колебании полок буфета посуда может разбиться.

СТОЛОВОЕ БЕЛЬЕ

К столовому белью относятся скатерти, салфетки и полотенца. Столовое белье должно быть чистым, хорошо

выглаженным, непорванным.

Для еды стол покрывают скатертью (белой или нежных тонов). Белые скатерти употребляются для обеда или праздничного ужина, а цветные — для завтрака и полдника. На дачных верандах столы покрывают цветными скатертями.

Скатерть должна соответствовать величине стола: она свисает со стола со всех сторон на 30—50 см, а со стола - буфета — даже до земли. Соответственно цвету и узору скатерти подбираются и салфетки. Салфетки больших размеров (60 X 60 см) употребляются во время обеда, а меньшие (30 X 30 см) — к завтраку и полднику. Красивые, покрытые стеклом столы скатертью иногда не накрывают, но посредине стола кладут вышитую салфетку, а под каждым прибором подстилают меньшие салфеточки, вышитые таким же узором. Это подходит, однако, только для полдника.

Скатерть следует класть на стол аккуратно, чтобы не смять ее. Сложенная вдоль скатерть кладется на центр стола, а затем ее полностью расправляют на столе. Снимая скатерть со стола, ее также необходимо сначала сложить пополам, а затем по заглаженным складкам.

К столовому белью относятся тряпки для вытирания стола и полотенца, которые бывают двух сортов: для рук и для посуды. Их нельзя смешивать, так как негигиенично вытирать одним и тем же полотенцем и руки, и посуду; точно так же тряпками, предназначенными для стирания пыли, нельзя вытирать посуду.

Полотенца для посуды должны быть небольшими, хорошо впитывающими воду (рекомендуется употреблять льняные полотенца). Главное, они должны быть чистыми: их необходимо часто менять, стирать, кипятить и гладить. Тряпки для стирания пыли обычно делаются из старого полотенца или из мягкой фланели. Их также следует часто стирать.

Для хранения всех столовых принадлежностей следует выделить соответствующее постоянное место — шкаф или полку. В посудном шкафу посуда и прочий столовый инвентарь должны находиться в разных отделениях, чтобы легко можно было достать каждый предмет, не переставляя при этом всю посуду. В противном случае приходится не только тратить время, но и посуда часто бьется, портится. Тарелки, блюда и прочую посуду, предназначенную не для повседневного употребления, рекомендуется перекладывать тонкой бумагой, а металлическую — держать в коробках или же завернуть в салфетку или бумагу.

Важно всегда хранить посуду, полотенца и другие предметы в одном и том же месте, чтобы все члены семьи знали, где их найти и куда снова положить. Тогда в доме всегда будет порядок и

ничего не придется долго искать.

Грязные скатерти, салфетки, полотенца не следует смешивать с остальным грязным бельем, а держать в отдельном мешке или корзине.

ПОВСЕДНЕВНЫЙ СТОЛ

ПОДБОР БЛЮД

При 3-4-разовом питании блюда подбираются согласно установленному обычаю и требованиям организма. При этом не следует забывать, что, несмотря на то, что для всех людей необходимы белки, жиры, углеводы, витамины и минеральные соли, нельзя давать одинаковую пищу взрослым и детям, здоровым и больным, людям, занимающимся физическим и умственным трудом. В зависимости от различных условий иногда необходимо заранее подобрать блюда на день, на целую неделю или даже на более долгий срок. Такой обдуманный подбор блюд называется составлением меню.

Меню на завтрак, обед и ужин обычно составляется с вечера, чтобы иметь время заготовить нужные продукты. Желательно, чтобы блюда не повторялись, а дополняли друг друга.

Меню следует составлять не только, когда приглашают гостей, но и на каждый день.

Дневное меню не должно состоять из одних жиров, как сливочное масло, сметана и прочее, или из одних белковых продуктов, как мясо, рыба, творог, яйца, бобовые, или же из одних мучных и крупяных блюд. Необходимо правильно сочетать все эти продукты. Витамины и минеральные соли организм большей частью получает из сырых или вареных овощей и фруктов.

Завтрак. Для людей физического труда рекомендуется сытный, питательный завтрак: жирные мучные блюда, картофель или блюда из тертого картофеля, мясо, суп и пр. Для людей умственного труда больше подходит легкоперевариваемый завтрак, чтобы переполненный желудок не мешал напряженной умственной работе. На завтрак для них рекомендуются: различные крупяные или картофельные каши, творог со сметаной, с сахаром или ягодами, яйца всмятку, яичница, омлет, салат из овощей, винегрет, бутерброды, булочки, печенье, ягоды, фрукты. В место супа рекомендуется давать на завтрак фруктовый сок, молоко, какао, кофе, чай.

Пища должна быть разнообразной, экономной и в то же

время несложной для приготовления. Не следует подавать на завтрак хотя и вкусные, но одни и те же блюда. Например, надоедает и не возбуждает аппетита завтрак, каждый день состоящий из сыра, колбасы, варенья, хлеба и масла. Лучше один день давать колбасу, на следующий день — сыр и т. п. Даже яйца, которые многие любят кушать каждое утро, рекомендуется подавать только 2—3 раза в неделю или делать более или менее продолжительные перерывы.

Предлагаем не сколько образцов меню на завтрак:

1. Каша из какой-либо крупы (рисовая, манная) с маслом; бутерброд с сыром;

чай с лимоном.

2. Творог со сметаной;

бутерброд с маслом и мармеладом; кофе, чай или фруктовый сок.

3. 1—2 вареных яйца;

салат из помидоров или других овощей; бутерброд с маслом; кофе или чай.

4. Блинчики с творогом; бутерброд с маслом; кофе или чай.

5. Салат из сырых или вареных овощей или винегрет; бутерброд с колбасой, сыром и пр.;

кофе или чай, молоко.

6. Шницель рубленый или котлеты, приготовленные с вечера; салат из свеклы, картофеля или капусты;

бутерброд с маслом; кофе, чай.

7. Картофель жареный со шпиком; бутерброд с сыром;

чай или кофе.

Повседневный обед может также состоять из 4 блюд. Если второе блюдо малокалорийное, несытное, а также если желают улучшить обед, сделать его более разнообразным, то перед супом подают холодную закуску. На холодную закуску можно подавать одно блюдо, например салат из редиса, помидоров или других овощей, винегрет, студень, жареную или вареную рыбу, селедку и пр. Необходимо следить, чтобы холодная закуска дополняла второе блюдо, но не повторяла его. Например, если на второе подаются голубцы с рисом, фаршированные помидоры или цветная капуста, то в качестве холодной закуски хороши ветчина, жареная телятина, колбаса, студень, селедка, рыба, яйца или другие белковые блюда, однако не овощной винегрет, салат и тому подобные кушанья.

На холодную закуску можно также подать несколько различных блюд.

Холодные закуски обычно ставят на стол перед тем как садятся обедать. Поэтому закуски украшают больше, чем другие

блюда, чтобы создать у обедающих хорошее первое впечатление.

После холодных закусок подается суп.

После супа подают вторые блюда, которые ставятся на стол обычно около хозяйки или старшей гостьи. Если овощной гарнир и соус ко второму блюду подаются отдельно, то их нужно поставить на стол перед подачей основного (второго) блюда или одновременно с ним, но не позже.

Предлагаем несколько образцов для составления обычного обеденного меню из 3 блюд.

1. Рассольник с крупой;

шницель с гарниром из свеклы и картофеля; печеные яблоки с сахаром.

2. Овощной суп со сметаной; жареная рыба с картофелем; рисовая запеканка с фруктами.

3. Бульон с пельменями;

картофельная бабка со сметанным соусом или соусом из масла; фруктовое желе.

4. Суп из томатов с крупой;

телячий шницель с картофелем и морковью; чай с вареньем или свежие ягоды, фрукты.

5. Борщ с картофелем; котлеты с макаронами; фруктовый сок.

6. Суп - пюре из цветной ка пусты;

шницель свиной отбивной с картофелем и огурцами; мусс фруктовый на манной крупе.

7. Бульон с клецками;

баранина тушеная с гарниром из картофеля и моркови; кисель.

8. Винегрет овощной;

щи из щавеля с яйцом; блинчики с мясом; чай с лимоном и печеньем

9. Суп молочный овощной; запеканка из макарон с мясом; яблоки в ванильном соусе.

10. Бульон с овощами; телятина жареная с гарниром; компот из фруктов.

Для обеда из 4 блюд добавляют холодную закуску из одного или более блюд.

На ужин можно подавать такие же блюда, как на обед, за исключением супа. Вместо супа пьют чай или молоко. Очень хорошо подать на ужин простоквашу, кефир, ацидофильное молоко, сметану с вареным или жареным картофелем. Вообще, вечером лучше кушать легкоперевариваемые блюда.

СЕРВИРОВКА СТОЛА

За красиво накрытым столом проходит плохое настроение и человек успокаивается. Поэтому хорош обычай приглашать к столу тогда, когда стол уже сервирован и кушанья готовы.

Сервировка стола к завтраку. Комната должна быть убрана и хорошо проветрена. Стол покрывают клеенкой или скатертью, которая для завтрака может быть цветной или белой. Скатерть должна быть чистой, несмятой, лежать ровно посередине. На нее ставят закусочные тарелки для каждого члена семьи, причем все тарелки должны находиться на одинаковом расстоянии от края стола и одна от другой. Рядом с тарелкой кладут столовый прибор. Нож кладется с правой стороны тарелки, лезвием к тарелке, а вилка — с левой. Если понадобится только нож или только вилка, то их кладут с правой стороны. Если будут подаваться вареные яйца, то на закусочную тарелку ставят маленькую тарелочку, а на нее рюмку для яйца и ложечку. Когда яйцо съедено, тарелочку с рюмкой убирают, и остается чистая закусочная тарелка для бутерброда.

Если на завтрак подается кофе или чай, то на стол перед закусочной тарелкой ставят для каждого с правой стороны чашку с блюдцем и ложечкой на нем.

Когда вся посуда и приборы аккуратно расставлены, ставят нарезанный хлеб (на конец стола), масло, сыр и другие холодные закуски, которые должны красиво группироваться по своему цвету, величине блюд и т. д.

Чай или кофе, а также горячее молоко подают на стол в кувшине или кофейнике, который ставится возле хозяйки с правой стороны.

Сервировка стола к обеду. На покрытый скатертью стол (обеденная скатерть должна быть белой) для обычного обеда из 3 блюд ставят следующую посуду: для каждого обедающего ставится большая мелкая тарелка, на ней — глубокая тарелка для супа, с правой стороны кладется нож и столовая ложка, с левой стороны — вилка, а перед тарелками чайная ложечка (если подается сладкое блюдо). Слева кладут салфетку и ставят тарелочку для хлеба. После того, как поставлены хлеб, соль, горчица, обедающих приглашают к столу и приносят полагающиеся к супу сметану, картофель, гренки и пр., а затем суп в суповой вазе в которую положена разливательная ложка.

Если к обеду подаются холодные закуски, то перед каждым обедающим сначала ставится большая мелкая тарелка на ней — закусочная тарелка, а глубокие тарелки ставят все вместе возле хозяйки или на отдельном столике. Столовые приборы кладут так как указано выше, но к ним можно добавить по ножу и вилке или только по вилке. В зависимости от того, что приготовлено на

холодную закуску. Если для закуски нужна только вилка, то она кладется с правой стороны, так как кушая только вилкой, ее держат в правой руке. Закуски ставят до того, как приглашают к столу.

К ужину стол сервируется так же, принимая во внимание, какие блюда подаются на стол. Если будет чай, то стол накрывают так же, как к завтраку, а если подается суп, то нужны глубокие тарелки и прочая необходимая посуда и приборы.

Приучаться сервировать стол должны молодые члены семьи — мальчики или девочки. Они могут помогать обслуживать и во время еды. К завтраку и к ужину почти все блюда ставят на стол сразу, до того, как садятся за стол. Одновременно приносят и кофе или чай, или суп, или какое-либо другое горячее блюдо — кашу или картофельное пюре, яичницу, блины и пр. Поэтому во время еды надо только налить кофе или чай.

Во время обеда обслуживать приходится больше. При обычном обеде суп ставят на стол, и хозяйка или сами обедающие разливают его в тарелки. Если суп разливает хозяйка, то глубокие тарелки и суповая ваза ставятся возле нее, а налитые тарелки обедающие передают друг другу.

После первого блюда сразу нужно убрать со стола суповую вазу, грязные тарелки и ложки; следует проверить, достаточно ли хлеба, принести салат, огурцы, квашеную капусту, то есть все добавления, подающиеся ко второму блюду. В каждое из них необходимо положить специальную ложку или ложку и вилку. Затем надо принести второе блюдо, которое ставится на стол перед хозяйкой.

После второго блюда со стола нужно убрать все ненужное и собрать крошки, подать десертную посуду и принести третье, которым обычно заканчивается повседневный обед.

ПРИЕМ ГОСТЕЙ

Приятно находиться в гостях, если хозяева умеют хорошопринять. Необходимо заранее обдумать и предусмотреть всевозможные мелочи, чтобыработа была закончена до того, как соберутся гости. Неловко, если собравшиесягости находят хозяев еще не подготовленными.

При желании пригласить гостей необходимо определить характер угощениято есть что именно предполагается приготовить: обед, ужин, полдник, стол-буфет и т. п. Чем более торжественный прием, тем сложнееподготовка к нему, так как всегда необходимо:

1 Заранее составить меню, наметить все холодные и горячие блюда, гарнир к ним и пр.

2. Приобрести продукты для блюд, предусмотренных в меню.

3. Своевременнопривести в порядок всю необходимую посуду и кухонные принадлежности.

4. Заранее проверить всю столовую посуду и приборы, блюда, салатники, вазы для цветов и прочее, вымыть их, почистить до блеска.

5. Позаботиться о скатертях, салфетках, столах и стульях.

6. Наметить, кто будет готовить пищу, подавать на стол, кто будет расставлять и убирать посуду и т. п.

7. Предупредить обслуживающих об их обязанностях, указать, в каком порядке будут подаваться блюда.

БЛЮДА ДЛЯ ПРАЗДНИЧНОГО ОБЕДА ИЛИ УЖИНА

Иногда удобно пригласить гостей прийти днем — тогда их угощают обедом.

В торжественных случаях, а в особенности на официальных банкетах, обед устраивается в 20 часов, однако на семейных празднествах гостей приглашают на обед в обычное обеденное время. Ранний обед (в 13—14 часов) иногда называют вторым завтраком, и тогда не подается суп. Блюда на торжественном обеде подаются в следующем порядке:

1) разные холодные закуски;

2) суп;

3) горячее рыбное блюдо (чаще всего вареная рыба с соусом и гарниром);

4) горячее мясное блюдо (говядина, телятина и пр.) с гарниром;

5) жарена я птица и дичь с гарниром;

6) овощи с соусом;

7) сладкое.

Если какое-либо из этих блюд не подается, то порядок подачи остальных блюд остается тот же. Например, если не подаются холодные закуски и горячее мясное блюдо, то обеденное меню будет следующее:

1) суп;

2) горячая рыба;

3) жареная птица;

4) овощи с соусом;

5) сладкое.

Если не подаются мясное и овощное блюда, то обеденное

меню будет таково:

1) холодные закуски;
2) суп;
3) горячее рыбное блюдо;
4) жареная птица;
5) сладкое.

Желательно, чтобы на праздничном обеде был большой выбор холодных закусок. Их готовят понемногу, но разнообразными, чтобы каждый гость мог найти блюдо по своему вкусу. Рекомендуется готовить мясные (вареные и жареные), овощные и различные рыбные холодные закуски.

Если обед устраивается в деревне, то для холодных закусок хороши блюда из свежих или консервированных продуктов своего производства — всевозможное копченое мясо (колбаса, ветчина), сычуг, свежие и консервированные овощи (по сезону), грибы, домашние сыры, рулеты, жареная птица и др. В городе чаще употребляются блюда из свежего мяса, рыбы, более сложные блюда из овощей. Выбор блюд зависит от характера обеда и от сезона.

Праздничный ужин мало чем отличается от праздничного обеда: меню и порядок подачи на стол остаются те же, что и на торжественном обеде, только не подается суп.

Расстановка на столе холодных закусок и их украшение. Холодные закуски обычно ставят на стол до того, как садятся гости. Поэтому их украшают больше, чем другие блюда. Первое впечатление, создаваемое видом холодных закусок, зачастую предопределяет оценку всего о беда.

Чтобы холодные закуски выглядели красивее, необходимо подобрать соответствующую посуду, например салат, винегрет следует класть в салатники, а другие закуски — в блюда соответствующего размера. Мясные и рыбные блюда должны быть разрезаны на небольшие куски. Птицу разрезают и кладут на блюдо в виде целой птицы или раскладывают красивыми небольшими кусками. Не следует чрезмерно загружать посуду закусками. При отсутствии достаточного количества специальных блюд закуски можно подавать в мелких тарелках; глубокие тарелки для этого не годятся — они употребляются только для супа.

Для украшения холодных закусок употребляют в первую очередь те же продукты, из которых они приготовлены. Так, для украшения мясных салатов можно положить треугольные и квадратные ломтики мяса, из которого приготовлен салат. Одновременно для украшения употребляют разные овощи. Свеклой украшают такие овощные блюда, в которых содержится

свекла, напри мер обычный овощной винегрет.

Кроме при украшении блюд необходимо сочетать краски: для светлого винегретаподходят более темные овощи, как зеленый горошек (особенно если он имеется и винегрете), морковь, помидоры, огурцы, аккуратно нарезанные крутые яйца.

Рыбные блюда лучше всего украшать лимоном. Кроме того, употребляется красиво нарезанная вареная морковь, зеленые огурцы и крутые яйца. Такое украшение особенно подходит для рыбы с майонезом. Вареную рыбу украшают желе, жареную — лимоном и зеленью. Селедка украшается луком или обкладывается гарниром — небольшими кучками нарезанного вареного картофеля, свеклы, огурцов, моркови. При этом необходимо сочетать краски так, чтобы блюдо выглядело привлекательно. Некрасиво, если все блюда украшены одинаково, например одной и той же зеленью — петрушкой или укропом, морковью, свеклой и т. п.

Расставляя на столе различные блюда, надо следить, чтобы рядом не стояли однородные или одинаково украшенные блюда. Лучше украсить их меньше, но более аккуратно. Слишком ярко украшенные блюда не всегда производят хорошее впечатление. Часто простое, скромное, но аккуратно сделанное украшение лучше возбуждает аппетит.

Расставив все закуски, хозяйка еще раз проверяет, все ли готово, и затем приглашает гостей к столу.

После закуски убирают блюда и бывшие в употреблении приборы и тарелки. Если нужно, то добавляют хлеба, стряхивают со стола крошки. Затем приносят пирожки, гренки и другие добавки к супу, а также суп в суповой миске.

Подбор супов и их подача. В торжественных случаях чаще всего подаются прозрачные супы. Если холодных закусок немного или если второе блюдо более легкое, можно подавать заправочные супы (борщ, рассольник, суп из щавеля, овощей, суп из томатов, из крупы, раковый суп и др.). В этом случае пригодны и супы-пюре (из фасоли, картофеля с морковью, цветной капусты и др.) с гренками. В летнее время можно подать холодник.

Молочные супы на праздничном обеде не подаются.

Бульон можно подавать в специальных чашках емкостью 350—400 г. В таком случае к нему подаются отдельно пирожки с мясом, блинчики с начинкой, пирог с капустой и пр. Если бульон подается вместе с гарниром, например бульон с вермишелью, с овощами и пр., то его подают на стол в миске и едят из тарелок. За неимением специальных чашек прозрачный бульон едят из тарелок, но пирожки к нему и прочее нужно подавать отдельно, и каждый гость кладет их себе на специально поставленную

тарелочку.

На банкете, если есть специальные обслуживающие, можно подавать каждому гостю суп, налитый в тарелку. Тогда один из обслуживающих здесь же, в столовой, на отдельном столике разливает суп, а другой подает его гостям, поставив глубокую тарелку с супом на мелкую. Однако для этого требуется ловкость; в противном случае суп может остыть и, кроме того, подающий может кого-нибудь облить.

Подбор и подача вторых блюд. После супа прежде всего убирается бывшая в употреблении общая посуда, затем убирают суповые тарелки и ложки. Потом на стол ставят соусы, салат и другие добавления ко второму блюду, а также кладут еще хлеба и, наконец, подают второе блюдо.

Второе блюдо на праздничном обеде должно правильно сочетаться не только с супом, но и с холодными закусками, так как при наличии разнообразных холодных закусок достаточно одного второго блюда, подаваемого после супа. Такое блюдо может быть мясным, рыбным или овощным. Если второе блюдо овощное, то суп должен быть более сытным — заправочный или мясной суп-пюре, мясной суп из круп, овощной и т. п.

Для праздничного обеда ко второму блюду лучше подходит не однородный, а более сложный гарнир, например жареный на сале картофель, тушеная морковь, горошек или смесь других овощей. К каждому овощному гарниру обязательно добавляется и картофель.

С мучным гарниром или гарниром из круп картофель не подается.

Обслуживающий подает второе блюдо сидящему за столом, стоя с левой стороны от него и держа блюдо в левой руке. При этом он ставит край блюда на стол, рядом с тарелкой гостя, и гость накладывает себе сам. Опытный обслуживающий может в правой руке держать салатник с гарниром и сразу, отодвинув основное блюдо, подать гостю гарнир. Если, кроме того, подается и соус, то его подносит другой обслуживающий после того, как гость положил кушанье себе на тарелку.

В еще более торжественных случаях обслуживающий не только подает гостям второе блюдо, но и сам накладывает кушанье на тарелку гостя. Так делается только на официальных банкетах. Второе блюдо предлагается гостям вторично. Подавая, обслуживающий должен быть очень осторожным, чтобы, наклоняя тарелку, не испачкать одежду гостей.

Сладкие блюда. К концу обеда подается сладкое, которое называется третьим, или десертным, блюдом. Сладкие блюда могут быть горячие и холодные. Горячие подаются к обычному

или улучшенному обеду, а в более торжественных случаях подаются холодные десертные блюда.

Холодные сладкие блюда: кисели, компоты, желе, муссы, кремы, мороженое и свежие ягоды. Сладкие блюда обычно подаются в стеклянных вазах, и их едят из стеклянной или фаянсовой посуды. На обычном обеде вместо сладкого блюда можно подавать чай с вареньем или лимоном и печеньем.

На праздничном обеде на сладкое подают и мороженое. Его обычно накладывают в вазочки, предназначенные для десерта, и сразу подают гостям, пока оно не растаяло.

Послеобеденный кофе. Праздничный обед обычно заканчивается кофе, который подается после короткого перерыва за тем же самым столом или в другой комнате за маленькими отдельными столиками.

Послеобеденный кофе готовят крепким из натурального кофе, и его пьют из маленьких чашечек. После обеда обычно подается черный кофе, но для желающих можно поставить и сливки. К черному кофе подают лимон и различные сладости, например печенье, пирожные, торты, конфеты и фрукты. Подается также ликер и коньяк. Некоторые гости после обеда пьют крепкий чай.

Для послеобеденного кофе стол сервируют так же, как для полдника, то есть на стол ставят необходимую посуду, блюда и кофейник с кофе или же кофе подается позже и его разливают после того, как гости сели за стол.

Если к кофе подан ликер, то, накрывая на стол, возле тарелочек ставят рюмки.

Сервировка стола для банкетов. Вид красиво сервированного стола создает приятное настроение, больше чувствуется праздничность. Нарядно выглядит только широкий, ровный стол, и поэтому его нужно составить заранее. Если обеденный стол составляют из маленьких столиков, то необходимо, чтобы все они были одинаковой высоты и ширины.

При достаточно просторном помещении красивее всего выглядят столы, поставленные в один ряд. Если гостей много, то рекомендуется поставить столы в 2—3 ряда, например в виде буквы Т, П или Ш. Важно, чтобы гости могли видеть друг друга и чтобы удобно было их обслуживать. Для того, чтобы посуда не дребезжала, рекомендуется постелить сначала на стол мягкую материю, а на нее — скатерть. Тарелки ставят на таком расстоянии одна от другой, чтобы при еде было свободно сидеть. Для пожилых людей тарелки ставят на расстоянии 70—80 см, а для молодежи — на расстоянии 50—60 см друг от друга. При достаточной ширине стола тарелки ставят на расстоянии 1—2 см

от края. Если на обед или на ужин будут подаваться холодные закуски, то для каждого лица ставят большую мелкую тарелку, а на нее — закусочную тарелку. Немного левее ставится тарелочка для хлеба или пирожков к бульону. Рядом с мелкой тарелкой, справа от нее, кладут ложку и нож, а слева — вилку. Ложка и вилка кладутся вогнутой стороной кверху, а нож — лезвием к тарелке. Ложечки для десерта кладут перед тарелкой. Перед тарелкой, чуть справа от нее, ставят рюмки для напитков. Они могут быть поставлены в ряд, треугольником или иначе, но важно, чтобы они были расставлены одинаково перед всеми приборами. Красиво сложенные салфетки кладутся с левой стороны или же на тарелки. Перед стаканами можно положить меню.

Судки для горчицы и солонки расставляют на столе по одному комплекту на несколько лиц. Стол для банкета украшают цветами и зеленью. Цветы ставят в низкие вазы, чтобы гости могли видеть друг друга.

После того, как посуда и приборы расставлены, ставятся холодные блюда. Их необходимо распределить равномерно на всем столе.

В торжественных случаях иногда блюда не ставятся на стол, а разносятся обслуживающими. Тогда на стол ставят только посуду, приборы и цветы в низких вазах.

Места, предназначенные для гостей за столом, указывает им хозяйка или же на салфетки кладут карточки, на которых написаны фамилии гостей. Лучшие места, которые предназначаются для наиболее почетных гостей, обычно находятся посередине стола или на конце. Если первое почетное место намечается посередине стола, то второе будет напротив него. Принято, чтобы на лучшие места садились хозяева. По правую руку от хозяина усаживают самую почетную гостью, а по правую руку от хозяйки — самого почетного гостя. При распределении мест для гостей следует подбирать в качестве соседей за столом знакомых между собой лиц или таких, которым интересно будет вести между собой разговор. Обычно рядом с женщиной сажают мужчину, а рядом с мужчиной — женщину, но если из-за состава гостей приходится сажать рядом одних женщин или одних мужчин, то такие места подбираются для более близко знакомых и молодых людей.

ЧАЙ

В городских условиях гостей часто приглашают на чай. Такое

угощение является более дешевым, его легче и проще приготовить.

Чай устраивается в 17—18 часов. Меню бывает несложное: натуральное кофе со сливками или лимоном, чай с вареньем, небольшие бутерброды и сладости. К чаю можно подавать пироги на дрожжах, слоеные или рассыпчатые изделия из теста — бабки с яблоками, пироги с творогом, фруктами или вареньем, торты, пирожные, печенье, конфеты и фрукты. Бутерброды приготовляют с икрой, селедкой, ветчиной, копченой рыбой. Из крепких напитков подают ликеры, наливки, коньяк. Можно также дать мороженое. Однако к чаю не следует подавать чрезмерное количество блюд и напитков.

Гости обычно проводят за чаем 2—3 часа.

Стол сервируют следующим образом: его покрывают вышитой или цветной скатертью или же перед каждым гостем кладется вышитая или цветная салфеточка, на которую ставятся десертная тарелка, чайная чашка с блюдцем и ложечкой. Если подается торт или пирожные, то с правой стороны тарелки кладут специальную маленькую вилку или ложечку. Для ликера или коньяка перед тарелкой ставится рюмка. Затем на стол ставят все приготовленные блюда, и гостей приглашают к столу. Тогда приносят и разливают кофе. Кофейник ставят на стол и накрывают специальным колпаком, чтобы кофе не остыло. За столом гости обслуживают друг друга, однако если имеется специальный обслуживающий или юный член семьи, то он наливает кофе, подносит сладости (торт и др.) тем из гостей, которые далеко сидят.

СТОЛ-БУФЕТ

Угощение за столом - буфетом обычно устраивается на приеме в честь какого-либо лица, годовщины и т. п. Такой прием удобен тем, что в небольшом помещении можно принять много гостей и общаться со всеми, не сидя все время за столом. Для приемов такого рода необходимо иметь не менее двух комнат: одну — где собираются гости до приглашения к столу, вторую — для стола - буфета. Если гостям приходится в первой комнате ожидать и встретить там лиц, в честь которых устраивается прием, то обслуживающие разносят на подносах заранее приготовленные напитки, а на закуску предлагают небольшие закусочные бутерброды. Однако этой церемонии может и не быть, и в таком случае гостей, собравшихся в первой комнате, сразу приглашают к столу-буфету.

Стол-буфет сервируется следующим образом. Посередине комнаты ставится широкий большой стол, покрытый белыми скатертями. На стол ставят разнообразные холодные закуски, приготовленные так, чтобы большинство из них можно было есть одной вилкой, не употребляя ножа, так как за столом-буфетом обычно едят стоя. Однако это отнюдь не означает, что блюда должны быть в виде каши. Рекомендуются закуски из овощей, рыбы, мяса, в том числе птицы и дичи. Нарезанные кушанья подаются на стол в таком виде, чтобы они выглядели как целые (например, рыба, ветчина, птица, паштеты). Для стола-буфета хороши небольшие закусочные бутерброды, икра, рыба, различные винегреты и пр. Возле каждого блюда необходимо положить прибор, которым накладывается кушанье. Одновременно с закусками на стол ставят различные напитки и сладкие блюда. Если закусок много, то сладкие блюда можно поставить и позже, когда стол немного разгрузится. Водка и наливки подаются в графинах, а разные вина, в особенности старые и известных марок, — в бутылках. По углам стола ставят минеральную воду и бокалы. Вдоль стола, по его краям, стопками ставят закусочные тарелки, а возле них на подносе или на тарелках кладут ножи и вилки. На тарелки или возле них кладут салфетки. Ближе к напиткам ставят рюмки. Стол украшают живыми цветами. Более нарядно выглядят цветы одного рода и одного цвета.

В стороне ставят несколько столиков для пожилых людей или, вообще, для желающих посидеть. На эти столики можно заранее поставить посуду и рюмки.

У стола-буфета гости сами берут тарелки и приборы и накладывают себе закуски. Обслуживающие подают на подносах напитки, предлагают закуски, убирают грязную посуду, а позднее разносят горячие блюда, если такие подаются. Они же разносят кофе, мороженое и подносят закуски и напитки сидящим за столиками.

Если стол-буфет готовится не только к ужину, но и к чаю, то на стол ставят соответствующие блюда, то есть печенья, сладости, бутерброды, кофе, фрукты. Из напитков рекомендуются ликеры, коньяки, наливки, шампанское. В этом случае на стол ставится необходимая для кофе посуда и рюмки для напитков.

РАСКЛАДЫВАНИЕ КУШАНЬЯ НА БЛЮДЕ

Хозяйка должна уметь красиво разложить кушанья на блюде и подать их на стол так, чтобы они возбуждали аппетит. Даже

самые простые кушанья должны подаваться таким образом.

Например, хлеб, который подается почти во всех случаях, следует нарезать тонко, одинаковыми ломтиками. Если буханка небольшая, то ее кладут на дощечку и нарезают тонкими ломтиками. Ломтики разрезают пополам и кладут на тарелку для хлеба. Если буханка большая, то сначала от нее отрезают кусок толщиной 10—15 см, а затем нарезают ломтики так же, как от маленькой буханки. Не следует класть на одну тарелку большое количество нарезанного хлеба — лучше разложить его понемногу на две тарелки. Если подается хлеб нескольких сортов (белый, черный, булка), то на одну и ту же тарелку кладут по несколько ломтиков всех сортов. Если хлеба подается немного, например на обед, то ломтики на тарелке можно слегка раздвинуть. Во время еды лучше 2—3 раза добавить нарезанные заранее ломтики хлеба, чем ставить слишком много. Для повседневного употребления рекомендуется приобрести специальную хлебницу, на которую кладут количество хлеба необходимое на один обед. Салфетку под хлеб класть не следует.

Масло кладется в масленку или на маленькие тарелки, а во время приема — на тарелочки. Можно вырезать из большого куска масла небольшие красивые четырехугольники и положить их на тарелочки или сделать из масла небольшие куски различной формы, например шарики, звездочки, розочки и пр., и положить их в масленку.

Колбасу, в особенности сухую, нарезают по возможности тоньше и слегка наискось, чтобы ломтики получились больших размеров; их кладут на блюдо или на тарелку рядами или же в виде валика. На дно блюда можно положить колбасу разных сортов, тонко нарезанную ветчину, сычуг, расположив их рядами, треугольниками, квадратами или валиками. Обычно на одну и ту же тарелку кладут колбасу разного вида только тогда, когда продуктов нарезается немного или на столе мало места. Вареные мясо и колбасу нарезают несколько более толстыми ломтиками, чтобы они не рассыпались; студень подают выложенным из формы, сняв с него жир.

Белый сыр кладут целиком на овальное блюдо или мраморную дощечку и здесь же отрезают от него только несколько по возможности более тонких ломтиков. С голландского сыра удаляют корку, затем его нарезают тонкими ломтиками.

Вареные яйца на завтрак или ужин подают покрытыми салфеткой чтобы они не остыли. Яичницу подают в той же посуде (в маленькой алюминиевой сковородке без ручки), в которой она жарилась: сковородку ставят на тарелку.

Блюда, приготовленные из сельди, обычно подают в специальных селедочницах. Рольмопсы подают в глубоких селедочницах или салатниках, так как они залиты маринадом.

Рыбу подают на узких овальных блюдах. Икру кладут в специальную посуду или на маленькие тарелочки. Копченого угря нарезают кусками, обкладывают ломтиками лимона. Копченую или соленую красную рыбу (осетровых пород) нарезают наискось очень тонкими ломтиками и украшают лимоном или зеленью. Мелкую копченую рыбу подают в целом виде или нарезанную кусками, но для более торжественных случаев она не рекомендуется. Рыбные консервы также употребляются только в повседневном обиходе или при посещении нежданного гостя. В торжественных случаях их подают редко. Перед подачей на стол консервы необходимо аккуратно выложить из банки на тарелку или блюдо; их можно немного украсить зеленью.

Редис кладут на закусочные тарелки. Отдельно подают соль и масло. Помидоры и огурцы нарезают ломтиками и подают в овальных блюдах или тарелках; их посыпают мелко нарезанным зеленым луком или укропом.

Огурцы в сметане подают в салатнике. Очищенные и нарезанные продолговатыми дольками соленые огурцы кладут на блюдо или тарелку. Зимой соленые огурцы можно подавать вместе с квашеной капустой. Капусту кладут горкой на середину тарелки и украшают разрезанными вдоль огурцами.

На каждое блюдо необходимо положить ложку или вилку для накладывания, а иногда и ту и другую, так как не следует брать кушанье своим прибором из общего блюда.

Блюда надо равномерно расставить на всем столе. Важно, чтобы кушанья одного цвета стояли с одной стороны стола, а другого цвета — с другой.

Подавая на стол холодные блюда, необходимо следить за тем, чтобы они не были теплыми. В противном случае они теряют свой вкус, а некоторые блюда могут даже прокиснуть. Температура подаваемых на стол холодных блюд не должна превышать 13—14°.

Горячий суп, чай, кофе, какао должны быть горячими, так как только тогда они имеют хороший вкус.

ПОДАЧА РАЗЛИЧНЫХ НАПИТКОВ

В торжественных случаях обычно употребляются различные алкогольные и безалкогольные напитки. Их подают гостям в определенном порядке.

К холодным закускам подают водку в графинах и различные наливки. Их пьют из рюмок емкостью 30—50 г.

К первому блюду обычно ничего не пьют; если кто-либо желает, то для него подаются крепкие вина — портвейн, мадера и др.

К рыбным блюдам подают белые, сухие вина — рислинг, грузинское № 8 и другие, охлажденные до 8—10°. Их наливают в рюмки емкостью 100 г.

С мясными блюдами употребляются сухие красные вина — красное столовое и другие вина (комнатной температуры).

К овощным блюдам подают десертные вина — кагор, мускат, токай. Мадеру наливают в рюмки емкостью 75 г. К сладким блюдам, кондитерским изделиям и фруктам также подаются десертные вина и шампанское.

К кофе и чаю подают коньяк и ликер (комнатной температуры) в маленьких рюмках.

Шампанское всегда подается охлажденным. Для этого употребляются специальные вазы или ведерки со льдом, в которые ставят бутылки с шампанским. Вынутую бутылку обертывают салфеткой, чтобы не закапать вином одежду, а когда бутылку ставят обратно, то салфеткой обертывают горлышко бутылки.

Крюшон подают в специальных вазах или хрустальных кувшинах. Его наливают в бокалы специальной разливательной ложкой.

К коньяку можно подать нарезанный ломтиками лимон и сахар.

КАК ВЕСТИ СЕБЯ ЗА СТОЛОМ

Хорошо приготовленную и поданную пищу надо уметь и правильно кушать.

Рекомендуется, сидя за столом дома или в гостях, не говорить на тяжелые темы, хорошо себя держать, спокойно беседовать.

Холодные закуски начинают кушать с селедки и рыбы, затем едят овощные и, наконец, мясные блюда.

Если можно обойтись без ножа, следует пользоваться только вилкой и держать ее правой рукой. В тех случаях, когда необходим нож, не следует сразу разрезать всю пищу, лежащую на тарелке. Кушанье следует разрезать постепенно, когда уже съеден отрезанный кусок. Затем надо положить нож в сторону и кушать вилкой. Если во время еды ведется разговор и еда

прерывается, то нож и вилку не следует класть на стол, а положить на тарелку. После еды нож с вилкой кладут на тарелку.

Некрасиво слишком нагибаться над тарелкой, а в особенности наклоняться за каждым куском: подносить пищу ко рту следует не сгибаясь. Конечно, так же некрасиво было бы сидеть откинувшись и есть, далеко отодвинувшись от тарелки.

Накладывая себе на тарелку кушанье из общего блюда, не следует выбирать лучший кусок, а надо брать подряд. Если какое-либо блюдо стоит далеко, не следует тянуться к нему — лучше попросить соседа подать. Прежде чем накладывать кушанье себе, необходимо предложить его соседу. Кушая суп, ложку держат за конец ручки. Очень некрасиво громко хлебать суп. Кончая есть суп, тарелку наклоняют не к себе, а от себя, к середине стола. Доедать суп до последней капли, а тем более наливать в ложку остаток супа не полагается. Кушая, не следует чавкать, откусывать большие куски, разговаривать с полным ртом.

Салфетки предназначаются для вытирания губ. Салфетку можно держать на столе; если нет тарелочки для хлеба, то хлеб можно положить на салфетку. Можно также, развернув салфетку, положить ее на колени, чтобы предохранить одежду.

Во время еды не следует спешить, но не надо также отставать от других.

Когда пьют чай или кофе, то ложечку не следует оставлять в стакане: помешав, ложечку кладут на блюдце. Не следует громко прихлебывать. Кушая бутерброд, некрасиво запивать его чаем, когда еще полон рот: надо сначала разжевать кусок, а потом з а пив ать.

Рекомендуется стараться, по мере возможности, употреблять всегда нож и вилку, а не есть пальцами. В гостях обгрызать птичьи кости некрасиво. Кушая бутерброд, следует отрезать или отламывать небольшие кусочки или же употреблять нож и вилку.

Яблоки и груши едят, перерезав их сначала пополам или разрезав на еще более мелкие куски. Ягоды без косточек едят ложечкой, а с косточками — рукой, незаметно выбирая косточки изо рта и кладя их на тарелку.

Вообще, тот, кто хочет научиться красиво кушать, должен стараться правильно держать себя за столом не только в гостях, но и дома, а также наблюдать и учиться у тех, кто ест пищу красиво и изящно.

КУХНЯ

Приготовление пищи является одной из самых важных работ

в домашнем хозяйстве. Работа эта отнимает много времени у женщины и утомляет ее. Для того чтобы готовить быстро, без труда и в гигиенических условиях, необходим о иметь специальное и соответствующим образом оборудованное помещение — кухню.

Кухня обычно устраивается с северной стороны дома, чтобы летом там не было слишком жарко. Желательно, чтобы помещение было квадратным. Стены должны быть оштукатурены, побелены, так как краска уничтожает паразитов, стоит недорого и ее можно ежегодно возобновлять. Рекомендуется также красить стены кухни в белый или кремовый цвет, так как тогда помещение выглядит более уютным и светлым. Нижнюю часть стены (на одну треть вышины) рекомендуется выложить белыми изразцовыми плитками или покрасить масляной краской, чтобы стену можно было мыть. Деревянный пол кухни следует покрасить масляной краской или покрыть линолеумом. Такой пол красивее выглядит и его легче мыть.

Кухня должна быть достаточно светлой. В ней следует устроить и хорошее искусственное освещение, так как при хорошем освещении легче работать и поддерживать чистоту.

При приготовлении пищи в кухне скопляются газы и водяные пары. Для их устранения нужно сделать вентилятор или, по крайней мере, форточку. В плохо проветриваемой кухне стены плесневеют, воздух становится затхлым, вследствие чего скорее портятся продукты. В летнее время кухню необходимо часто проветривать, открывая окно. Чтобы не могли залететь мухи, следует вставить в окно раму с проволочной сеткой.

Основное оборудование в кухне — это плита. Плиту топят дровами, торфом, углем или другим твердым топливом. Большей частью плиту облицовывают изразцами. Если плита сложена из кирпичей, необходимо обить ее по сторонам оцинкованной жестью, так как тогда ее можно чистить. Плита должна стоять в хорошо освещенном месте, чтобы во время работы на нее не падала тень. Верх плиты может быть с конфорками или без них. Более удобна плита без конфорок: посуда не становится закопченной. Для экономии топлива плиту делают с низкой топкой, а кастрюли подбирают низкие, широкие.

С одного конца плиты вделывают котел для нагревания воды, а сбоку — духовку. Весьма практично пристроить к плите сушилку для овощей, фруктов, хлеба и посуды. Иногда под плитой устраивается помещение для хранения топлива.

Кроме обычных, имеются также плиты газовые, отапливаемые жидким топливом и электрические. Газовая плита гораздо удобнее, чем отапливаемая твердым топливом, так как не

приходится носить топливо, выбирать золу и быстрее можно приготовить пищу. Самой удобной и гигиеничной является электрическая плита. Ее легко содержать в чистоте и можно хорошо регулировать температуру.

Для приготовления пищи иногда употребляются примусы, керогазы, электрические плитки и другие нагревательные приборы, однако они только отчасти заменяют плиту.

Кухонная мебель, посуда и утварь. Кухонную мебель обычно красят светлой масляной краской, чтобы ее легко можно было мыть. Мебель должна быть приспособлена для работы и удобна: не слишком низкая и не слишком высокая. Наиболее нужной кухонной мебелью являются: стол, кухонный шкаф, шкафчик для мытья посуды, пара стульев, ящик для топлива. Стол делается с ящиками и шкафчиком внизу. Сверху его можно покрыть клеенкой. В кухонном шкафу держат посуду, кастрюли и небольшое количество сухих продуктов. Шкафчик для мытья посуды делается с закрывающейся крышкой. В верхней его части вставляют два таза для мытья посуды, в нижнем отделении держат ведро для отбросов, а также инвентарь для уборки. Ящик для топлива делается узким, высоким, с крышкой. Мебель в кухне расставляют так, чтобы было удобно работать. Стол, на котором готовят пищу, ставят у окна, ближайшего к плите. Недалеко от стола и плиты помещают посудный шкаф.

Кухонный инвентарь всегда должен быть чистым и находиться на определенном месте. Недостаток посуды затрудняет работу, поэтому иметь ее нужно в достаточном количестве.

Употребляемую чаще сосуду ставят в шкафу на средние полки, чтобы не приходилось нагибаться или тянуться за ней. Употребляемую реже посуду ставят на нижние и верхние полки. Посуду на полках расставляют по ее назначению и величине. Высокую посуду ставят дальше, более низкую — ближе к краю; на одной полке ставят кастрюли, на другой — блюда, на третьей — столовые приборы. Приправы держат в закрытых коробках на верхней полке.

Уборка кухни. Лучшим украшением кухни является чистота. Поэтому в ней не следует держать ненужные вещи, производить постороннюю работу (чистить обувь, одежду и пр.), так как при этом поднимается пыль и пачкается пол.

Кухню убирают несколько раз в день, однако больше всего работы бывает после обеда. Тогда необходимо вымыть посуду, не оставляя ее на столе, окнах и плите, помыть пол и, вообще, убрать помещение. Ведро с отбросами следует ежедневно выносить и очищать. Если нет специального шкафчика для

ведер, то следует сделать к ним крышки.

Один раз в неделю кухню необходимо тщательно чистить: выгрести из плиты золу и сажу, обмести со стен паутину, вымыть окна, дверь, плиту, вычистить кастрюли, ведра и привести в порядок шкафы.

Один раз в год, лучше всего весной, кухню следует побелить, вымыть пол и кухонную мебель водой с содой или щелоком и, если нужно, покрасить их.

Подсобными помещениями являются: кладовая, погреб и ледник

Кладовая. Для хранения запасов продуктов необходима хотя бы небольшая кладовка. В ней держат муку, сахар, крупу, соль, фрукты, овощные и мясные консервы. В кладовой должно быть не слишком жарко летом и не слишком холодно зимой. В ней должно быть окошко для вентиляции. Для хранения продуктов устраивают полки. Кладовую следует часто убирать и проверять, не испортились ли продукты; полки время от времени надо мыть. Раз в год кладовую заново белят.

Погреб обычно устраивается под домом или недалеко от него. Строят его из кирпича, цемента или камней. В погребе должны быть небольшие окна, выходящие на север. Важно, чтобы погреб не был слишком сырым. В нем хранят различные овощи, для которых устраиваются полки и ящики. Удобно иметь в погребе два отделения: одно — для свежих, второе — для квашеных и соленых овощей. Температура в погребе должна быть зимой не ниже 2°С тепла.

В погребе нельзя держать начинающие портиться или гнилые овощи. Весной, когда запас овощей кончается, потреб тщательно чистят, выносят полки, моют их щелоком и высушивают на солнце, а стены белят.

Ледник. Для хозяйки очень важно иметь летом лед. В леднике хранят скоропортящиеся продукты (мясо, рыбу, молоко); лед необходим для приготовления сладких блюд, для охлаждения напитков. Ледник устраивают в тени, наполовину в земле. Стены делают из кирпича, пол и потолок — цементные; снаружи ледник засыпают землей. Надо сделать тамбур, чтобы не было прямого доступа теплого воздуха. Льдом запасаются зимой. Скоропортящиеся продукты ставят на лед в посуде, мясо можно повесить на вделанных в потолок крюках. Некоторые продукты можно хранить в тамбуре ледника на полках. После использования всего льда ледник необходимо основательно вычистить.

Если нет ледника, то лед хранят в выложенной досками яме. Сверху насыпают толстый слой опилок и покрывают их веткам.

Рекомендуется приобрести небольшой электрическим холодильник. В холодильнике держат скоропортящиеся продукты, охлаждают напитки. В нем можно приготовить искусственный лед.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ КУХОННОЙ ПОСУДЫ И ПРИНАДЛЕЖНОСТЕЙ

1	Кастрюли разных размеров (алюминиевые, эмалированные или из нержавеющей стали)	3-4	штук
2	Чайник и фаянсовый чайничек	2	штук
3	Сковороды (чугунная, железная)	1-2	штук
4	Гусятница с крышкой	1	штук
5	Мясорубка	1	штук
6	Молоток для отбивки мяса (деревянный, деревянный с металлическим наконечником или металлический)	1	штук
7	Комплект разных противней (с бортами, для выпечки пирогов)	2	штук
8	Сечка	1	штук
9	Ступка с пестиком	1	штук
10	Венчик для сбивания	1	штук

11	Сито для просеивания муки	1	штук
12	Волосяное сито, для протирания продуктов	1	штук
13	Дуршлаг алюминиевый или эмалированный для процеживания	1	штук
14	Шумовка	1	штук
15	Тарелки для картофеля и овощей	2	штук
16	Половник	1-2	штук
17	Скалка и деревянная доска	1	штук
18	Деревянные ложки	2-3	штук
19	Обыкновенные металлические ложки, вилки, ножи	по 2-3	штук
20	Острый кухонный нож	1	штук
21	Ножи для чистки овощей	2	штук
22	Миски различного размера	4-5	штук
23	Солонка	1	штук
24	Посуда для молока и сметаны	1	штук
25	Банки стеклянные разные	5-8	штук
26	Металлические коробки и ящички для сухих	3-5	штук

	продуктов и пряностей		
27	Мерки емкостью пол-литра и литр	2	штук
28	Ведра для чистой воды, для помоев, для мытья полов	3	штук
29	Кочерга	1	штук
30	Щетки для пола, для чистки посуды	3	штук

Кроме того, желательно иметь и другие, реже употребляемые, принадлежности, например таз для варки варенья, посуду для варки рыбы, мороженицу, вафельницу, форму для пудингов, различные ножи для резки овощей, ножик для чистки рыбы, приборы для открывания консервов и бутылок, формы для печенья, весы и т. д.

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ТАБЛИЦА ВЕСА И МЕРЫ НЕКОТОРЫХ ПРОДУКТОВ

Наименование продуктов	В граммах			
стакан 250 $см^3$	столовая ложка	чайная ложка	1 шт.	
Мука и крупа				
Мука пшеничная .	160	25	10	—
Мука картофельная	200	30	10	—
Крупа гречневая.	210	25	—	—
Крупа овсяная	90	12	—	—
Крупа манная	200	25	8	—
Крупа перловая	230	25	—	—

Крупа ячневая	180	20	—	—
Пшено	220	20	—	—
Рис	230	25	—	—
Фасоль	220	—	—	—
Горох нелущеный	210	—	—	—
Горох лущеный.....	230	—	—	—
Сухари молотые	125-140	20	5	—
Сухари ломтиками	—	—	—	50

Продолжение

Наименование продуктов	В граммах			
стакан 250 $см^3$	столовая ложка	чайная ложка	1 шт.	
Молоко, молочные продукты и жиры				
Молоко цельное	250	20	—	—
Молоко сухое	120	29	—	—
Молоко сгущенное	—	30	—	—
Сметана	250	25	—	—
Масло сливочное	—	50-75	30	—
Масло топленое	245	20	5	—
Сало	—	50-75	30	—
Сало топленое	245	20	—	—
Масло растительное	230	20	—	—
Овощи, фрукты, ягоды				
Томат-пюре	220	25	8	—
Томат-паста.....	—	30	10	—

Морковь средней величины	—	—	—	75
Петрушка	—	—	—	50
Сельдерей	—	—	—	100
Лук	—	—	—	75
Картофель	—	—	—	100
Огурец	—	—	—	100
Яблоко	—	—	—	100
Помидор	—	—	—	75
Капуста (кочан)	—	—	—	1590
Яблоки сушеные	70	—	—	—
Изюм	165	25	—	—
Черника сушеная	130	15	—	—
Мак	155	15	5	—
Сахар, пряности и прочее				
Сахарный песок	200	25	10	—
Соль	325	30	10	—
Уксус	250	15	5	—
Желатин (листик)	—	—	—	2,5
Желатин (порошок)	—	15	5	—
Какао	—	20	10	—

ОСНОВНЫЕ СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЩИ

Большинство блюд приготовляется путем варки или жаренья.

При этом содержащиеся в продуктах клетчатка и соединительна ткань размягчаются, а часть нерастворимых веществ превращается в растворимые. Пища становится более приятной на вкус, более мягкой и легче переваривается. Под действием тепла погибают бактерии, имеющиеся в продуктах или попавшие в них из воздуха. Однако под действием высокой температуры продукты лишаются части содержащихся в них питательных веществ, витаминов и минеральных солей.

Необходимо приготовить пищу так, чтобы в ней, по возможности, полностью сохранились все те ценные пищевые вещества, которые был и в основных продуктах. Для этого следует хот я бы вкратце познакомиться со способами приготовления различных блюд и с влиянием температуры на продукты.

Основные способы приготовления пищи — варка и жаренье.

ВАРКА

Варкой называется нагревание пищевых продуктов в жидкости (воде, бульоне, молоке) или в насыщенных водяных парах при температуре 100˚С и более. Существует несколько способов варки: варка в жидкости, тушение и варка на пару.

Варка в жидкости. Наиболее простым способом приготовления пищи является варка продуктов в жидкости. Очищенные и соответствующим образом подготовленные продукты кладут в воду, бульон или молоко так, чтобы они были покрыты жидкостью. Их варят в открытой или закрытой посуде. При варке следует соблюдать следующие правила.

1. Для получения более питательных и сочных блюд необходимо класть продукты в кипящую воду и быстро довести до кипения. Белки на поверхности продуктов животного происхождения быстро свертываются, окружая мясо непроницаемой пленкой, и тем самым задерживают внутри него соки, белки, экстрактивные вещества; зернышки крахмала в продуктах растительного происхождения быстро набухают, делают поверхность продуктов упругой, мешают проникновению воды внутрь и не дают продуктам слишком развариться.

Рыба, сушеные фрукты и некоторые другие продукты от внезапного действия высокой температуры распадаются; поэтому для варки их кладут в холодную жидкость.

2. До того, как продукты закипят, их следует сильно нагревать, а затем варить на медленном огне, так как при быстрой варке теряется больше питательных веществ, испаряются ароматные вещества и, кроме того, разрушается поверхность продуктов.

3. При варке мозгов, рыбы, яблок рекомендуется добавить немного лимонной**,** винной или уксусной кислоты, так как она предохраняет от разваривания.

4. Для приготовления питательных и наваристых бульонов (для супов) продукты кладут в холодную воду и медленно нагревают. Тогда белки свертываются постепенно и больше питательных и вкусовых веществ переходит в жидкость. Однако

варящиеся продукты становятся при этом сухими и безвкусными.

5. При желании ускорить варку необходимо варить в специальной герметически закрывающейся посуде — автоклаве. От водяных паров в автоклаве повышается давление, температура достигает 120˚С—150˚С, а при высокой температуре варка ускоряется.

Чтобы блюда были более ароматными и вкусными, их варят с различными пряностями (лавровым листом, перцем, солью) и ароматическими кореньями (морковью, петрушкой, луком и пр.). Большое значение имеет соль: она извлекает из продуктов соки. Поэтому для того чтобы получить более питательные блюда, продукты необходимо варить в несоленой воде, а солить в конце варки, когда продукты становятся мягкими. Наоборот, при желании получить питательный бульон соль следует класть перед началом варки. Исключение составляют те продукты, которые быстро разваривaются (рыба, овощи); их солят в начале варки.

Продолжительность варки неодинакова: она зависит от вида продуктов и величины кусков. Например, мясо надо варить 1—2½ часа, а овощи — значительно меньше.

Особым видом варки является варка продуктов в небольшом количестве жидкости или в собственном соку, в закрытой посуде (так называемое припускание). Таким способом варят рыбу, морковь и некоторые другие продукты.

Тушение. Это варка продуктов в небольшом количестве жидкости (бульоне, воде или соусе) с различными пряностями и кореньями. Перед тушением продукты обжаривают в небольшом количестве жира, затем кладут в закрытую посуду (гусятницу) с небольшим количеством воды, бульона или соуса, кореньями и тушат до готовности. Для поддержания равномерной температуры во время тушения посуду не следует часто открывать. Чтобы пища не пригорела, посуду время от времени встряхивают, так как тогда на крышке не собираются капли воды.

Можно тушить и необжаренные продукты, но в этом случае необходимо прибавить немного жира. Так тушат капусту, шпинат и некоторые другие овощи.

Варка на пару. При паровой варке продукты не соприкасаются с кипящей водой. Для варки употребляется специальная посуда, составленная из двух частей, накладываемых одна на другую. В нижней части посуды должна быть налита и кипеть вода, а на нее ставят вторую посуду с решетчатым дном так, чтобы продукты не соприкасались с водой. Водяные пары из нижней части проникают через отверстия в верхнюю часть посуды с продуктами и благодаря постоянной циркуляции нагревают и размягчают их. По этому способу продукты варятся дольше, но он

и вкуснее, питательнее, менее водянисты и не разваривaются.

ЖАРЕНЬЕ

При жаренье продукты нагревают на сильном жару без воды на масле или других жирах. От сильного жара вода испаряется, и на поверхности продукта образуется румяная корочка. Она препятствует выделению питательных соков и придает жареным продуктам приятный вкус и запах.

При жареньи следует соблюдать следующие правила;

1. Для жаренья следует брать только первосортные продукты. Их необходимо соответствующим образом приготовить, например зачистить мясо от сухожилий, отбить его тяпкой или деревянным молотком или же замочить в разбавленном уксусе, что бы ткани набухли.

2. Продукты следует быстро обжарить, чтобы образовалась корочка, которая предохраняет от выделения питательных соков. Поэтому для жаренья следует брать о сушенные продукты и жарить их только в сильно нагретой духовке и в хорошо разогретых жирах.

3. Во время жаренья продукты не следует без нужды трогать, переворачивать, прокалывать, так как при этом изменяется температура, выделяется сок и разрушаются ткани.

При жареньи наивысшая температура жиров должна быть на 5—10° ниже, чем тем температура, при которой они сгорают. Разные виды жиров при одинаковых прочих условиях превращаются в газ (сгорают) при различной температуре (растительное масло — при 170°, сливочное масло — при 208°, комбижир — при 210°, сало — при 221 °).

Продолжительность жаренья различна. Она зависит от вида продуктов, величины кусков и от температуры.

Чаще всего применяются следующие виды жаренья:

1) жаренье на небольшом количестве жира,

2) жаренье в духовом шкаф у или в печке,

3) жаренье в большом количестве жира, или варка в жире,

4) жаренье на огне или на углях.

Жаренье на небольшом количестве жира на сковороде или другой посуде. Продукты на плите жарят на сковороде или в другой открытой посуде (на противнях и пр.) с небольшим количеством хорошо разогретого жира. Жиры плохо про водят тепло, они тонким слоем отделяют продукт от дна посуды и предохраняют его от пригорания. Этим способом жарят небольшие куски жаркого толщиной до 2 сантиметров или мелко

нарезанные продукты, например котлеты, блины, рыбу, картофель и прочие, жаренье которых продолжается 10—15 минут или даже меньше. Качество жареных блюд, в особенности блинов, котлет и т. д., во многом зависит от температуры жира. Они имеют красивый вид, если жир хорошо разогрет до 150—160°. Если жир недостаточно разогрет, то много жира впитывается внутрь и воздух из продуктов выходит раньше, чем успевает поджариться их поверхность; в этом случае кушанья получаются сплющенными, невкусными. При жареньи продукты не следует без необходимости переворачивать: их перевертывают на другую сторону после того, как хорошо поджарится одна сторона. Чтобы жаркое было более сочным и его поверхность скорее обжарилась, мелкие куски рыбы или биточки и прочее перед жареньем следует обвалять а муке или смазать яйцом и обвалять в сухарях. В некоторых случаях обжаренные на сковороде продукты ставят в духовой шкаф для дожаривания. Особым видом жаренья является кратковременное обжаривание (пассировка) мелко нарезанного сала, лука, грибов и некоторых других продуктов.

Почти все продукты солят перед жареньем или же на сковороде во время жаренья; только картофель солят под конец жаренья.

Жаренье в духовке или в печке. В духовке или в печке при температуре 150—270° жарят различные продукты как большими кусками (филе, птица, запеканки), так и мелкими (яблоки, фаршированные овощи и др.). Продукты можно жарить с жиром или без него. Например: гуся, утку, окорок жарят без жира, так как они сами по себе достаточно жирны; овощи жарят со сливочным маслом; тощее мясо шпигуют салом. Духовой шкаф в начале жаренья должен быть сильно нагретым, однако, когда поверхность продукта уже обжарилась, жар следует уменьшить, чтобы все слои жарились одинаково, не пригорали поверхность и выделяющийся сок. В этом случае каждые 10—15 минут жаркое поливают соком, выделяющимся во время жаренья. Если сока недостаточно, то во избежание пригорания подливают горячей воды.

Чтобы узнать, готово ли жаркое, его нужно проткнуть вилкой. Если вилка свободно входит в мясо и выделяется светлый сок, то жаркое готово, а если сок розовый, с кровью, то не обходим о продолжать жарить.

Часто перед жареньем в духовке продукты обжаривают на сковороде с небольшим количеством жира, так как тогда их поверхность быстрее запекается и само жаркое бывает более сочным. Обжаренные продукты кладут на противень или в

гусятницу и дожаривают в духовке.

Мясо солят перед жареньем; его натирают со всех сторон солью и оставляют в таком виде на ½—1 час, чтобы оно хорошо просолилось.

Жаренье в духовке мучных, овощных и крупяных блюд называется запеканием.

Жаренье в большом количестве жира, или варка в жиру. Некоторые продукты жарят, погружая их в жир, нагретый до 150—180°. Вес жира должен в четыре раза превышать вес погружаемых в него продуктов, так как при меньшем количестве жира он охлаждается и продукты в нем не жарятся.

Прежде всего на сковороде, противне или в широкой кастрюле следует растопить такое количество жира, что бы он потом не переливался через край. Жир нагревают до появления сизого дымка, затем опускают в него подготовленные продукты и жарят их в течение 1—5 минут. Потом продукты вынимают шумовкой и кладут на металлическое сито, чтобы стек жир. Затем жир снова нагревают, и в него кладется следующая партия. После 3-4 раз жир необходимо процедить, так как он темнеет и становится горьким (жир портится от попавших в него сгоревших частиц продуктов). Процеженный жир можно снова употреблять для жаренья.

В большом количестве жира жарят только мелкие или измельченные продукты, как-то: рыбу, печенку, изделия из рубленого мяса и т. д.

Продукты, нуждающиеся в продолжительном жареньи, в жиру жарятся плохо и их поверхность пригорает. Лучше прожариваются и более вкусными бывают блюда, содержащие крахмал, например картофель. Для продуктов, не содержащих крахмала, часто создают искусственную корочку из яиц и сухарей или теста, которая предохраняет изделие от излишнего испарения сока. Если поверхность обжарилась, а середина еще сырая, то кушанье вынимают из жира и ставят на 10—15 минут в духовой шкаф для дожаривания.

Продукты, зажаренные в большом количестве жира, бывают сочными и рассыпчатыми. В некоторых случаях продукты можно жарить не целиком в жиру, а погруженными в него наполовину или на 1/3.

Для жаренья в жиру лучше всего использовать свиное сало или следующие смеси: свиное сало с растительным жиром, свиное сало с бараньим жиром. Можно также жарить и на одном хорошем растительном масле (напр., подсолнечном).

Жаренье на огне или на углях. Продукты жарят на горячих древесных углях при температуре 180—200°. Подготовленные

большие куски мяса нанизывают на металлические вертела и жарят над углями. Мясо, нарезанное более мелким и кусками, жарят на металлической решетке. Решетку сначала хорошо нагревают, затем очищают, смазывают жиром и кладут на нее приготовленные для жаренья продукты. Жар регулируют путем изменения расстояния между углями и продуктом.

Для жаренья у потребляется уголь бука, дуба, березы. Пользуясь решеткой, можно жарить и на электрической плите.

ЗАКУСКИ

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

Закуски разнообразят пищу, способствуют выделению пищеварительных соков и возбуждают аппетит. Поэтому большинство закусок приготовляется с различными пряностями, острыми соусами и овощами, содержащими много витаминов. Закуски необходимо не только вкусно приготовить, но и украсить, сделать их привлекательными на вид.

БУТЕРБРОДЫ

Бутерброды — это намазанные маслом ломтики хлеба или булки с положенными на них кусочками колбасы, мяса, рыбы, яиц и других продуктов.

Хлеб или булку нарезают ломтиками толщиной около 1 см. Масло должно быть мягким, не крошиться. Кроме сливочного масла, можно употреблять специальное закусочное масло или масляные смеси (см. №№ 697-708).

Продукты для приготовления бутербродов должны быть заранее подготовлены: мясо надо сварить или изжарить и нарезать ломтиками; копченый окорок, колбасу (со снятой оболочкой) тонко нарезать; свежие овощи промыть, слить воду, очистить и, если нужно, нарезать. Чтобы бутерброды не высыхали, хлеб и прочие продукты нарезают перед подачей к столу. Сочетая различные продукты в зависимости от их вкуса и цвета, можно приготовить вкусные и красивые бутерброды.

На стол бутерброды подают разложенными на мелкой тарелке или на подносе, застланном салфеткой, а между бутербродами кладут для украшения зелень петрушки или сельдерея.

По способу изготовления бутерброды можно подразделить на открытые, закрытые, бутерброды на поджаренном хлебе и слоеные.

1. БУТЕРБРОДЫ ОТКРЫТЫЕ

1) Ломтики черного или белого хлеба намазать маслом и положить на них тонко нарезанные ломтики копченой ветчины, колбасы или же вареного или жареного мяса.

2) Ломтики черного хлеба намазать маслом, сверху посыпать мелко нарезанной ветчиной, желтком и белком крутого яйца, мелко нашинкованным зеленым луком, чтобы из них образовались продольные или поперечные полоски.

3) Ломтики черного хлеба намазать маслом или каким-либо закусочным маслом или массой: с хреном, печенкой, горчицей, селедкой, шпротами и пр. Сверху бутерброды украсить свежими овощами (ломтиками огурцов, помидоров).

4) На ломтики белого хлеба положить красную икру, сверху украсить цветочками или шариками из масла, в верхней части которых сделано углубление, наполненное икрой.

5) Ломтики булки намазать маслом, с верху положить кусочки копченой рыбы, а середину украсить шляпками маринованных грибов.

6) Ломтики белого хлеба или булки намазать маслом, по краям бутерброда положить по кусочку сельди, а посередине положить 2 ломтика сваренного вкрутую яйца, нарезанного тонкими кружочками иди дольками.

2. БУТЕРБРОДЫ ЗАКРЫТЫЕ

Закрытые бутерброды чаще всего приготовляют из обыкновенных булочек или бубликов весом 50—100 г. Булочку или бублик разрезать пополам и намазать маслом. Сверху положить ломтики сыра, колбасы, копченой ветчины или других продуктов, затем обе половинки сложить. Подобным же образом можно приготовить закрытые бутерброды из двух ломтиков хлеба или булки.

Закрытые бутерброды удобны в дороге.

3. БУТЕРБРОДЫ НА ПОДЖАРЕННОМ ХЛЕБЕ

Белый хлеб или булку нарезать ломтиками толщиной 1 см, затем формочками или ножом вырезать небольшие кусочки величиной 4—5 см в виде кружков, треугольников, квадратов и пр. Потом поджарить их с обеих сторон на масле до желтоватого оттенка. Остывший хлеб намазать маслом и положить сверху продукты, приготовленные для бутербродов.

Ниже приводится несколько примеров бутербродов на поджаренном хлебе.

1) Квадратные ломтики белого хлеба или булки (без корки) поджарить с обеих сторон на масле, дать остыть и намазать маслом. По краям посыпать тонко нарезанной колбасой или ветчиной, посередине положить масло с хреном (703), а сверху ломтик помидора, огурца или редиса.

2) Круглые, поджаренные с обеих сторон на масле ломтики булки намазать жирной массой с натертым сыром (705) так, чтобы посередине образовался бугорок, а края и верх украсить маслом с томатом (70 1).

3) Ломтики белого хлеба или булки (круглые или в виде звездочек) поджарить с обеих сторон на масле, дать остыть и намазать маслом с горчицей (702), а сверху положить в виде веночка ломтики редиса, середину украсить килькой или кусочком селедки, свернутым в виде колечка.

4) Ломтики черного или белого хлеба поджарить с обеих сторон на масле. По краям положить грибную массу (707), а посередине каждого ломтика положить половину сваренного вкрутую яйца, нарезанного кружочками (не отделять кружочки). Между кружочками яйца можно положить ломтики копченой ветчины, колбасы ил и огурцов.

4. БУТЕРБРОДЫ СЛОЕНЫЕ

Слоеные бутерброды приготовляют из 2—3 слоев хлеба или булки и стольких же слоев закусочного масла.

1. Булку хлеб нарезать ломтиками толщиной 0,5 см, срезать корку. 1-й слой надо составить из 4 ломтиков булки, которые положить рядом в форме квадрата и намазать слоем сырковой массы (706) толщиной 0,5 см. На этот слой положить еще 4 ломтика хлеба и намазать их печеночной массой (708). Затем положить на них 4 ломтика булки. Все это положить под груз на несколько часов. Затем сверху намазать шпротовым маслом (697), селедочным маслом (698) или рыбным маслом (699), посыпать мелко нарезанным желтком, белком сваренного вкрутую яйца, мелко порубленной копченой ветчиной, зеленым луком, красной икрой. Посыпать надо так, чтобы каждый продукт был расположен в виде полоски. Приготовленный таким образом слоеный хлеб разрезать на небольшие (величиной 4—5 см) косые ломтики или специальной формой вырезать из него бутерброды в виде звездочек, сердечек, треугольников и положить в один ряд на тарелку.

2) Бутерброды приготовить вышеуказанным способом, только намазать другой смесью.

Нижний слой сделать из черного хлеба и намазать смесью масла с хреном (703), на него положить слой булки и намазать печеночной массой (708), затем положить снова слой черного хлеба, намазать его рыбным маслом (699). Посыпать сверху различными мелко нарезанными продуктами и нарезать небольшие бутерброды.

3) Подобно тому, как приготовляются слоеные бутерброды, делается и закусочный торт. Его приготовляют круглой или квадратной формы и подают на стол не разрезая или нарезают только часть торта, чтобы не портился общий вид. Сверху закусочный торт украшают свежими овощами, маринованными грибами, раковыми шейками, красной икрой и другими продуктами. Такие торты рекомендуется делать небольших размеров.

САЛАТЫ И ОВОЩНЫЕ ЗАКУСКИ

Салаты приготовляют из сырых, вареных овощей или их смесей. Их заправляют сметаной, соусом из уксуса и растительного масла или майонезом. Кроме овощных салатов, приготовляют также салаты из фруктов или ягод. Салаты подразделяются на: 1) зеленые, приготовляемые из сырых овощей, то есть салата, огурцов, помидоров, редьки и пр.;

2) салаты, приготовляемые из смеси сырых и вареных овощей, часто с добавлением мяса, рыбы или яиц и 3) сладкие салаты из фруктов и ягод. Салаты подают как отдельное блюдо в виде закуски или употребляют как гарнир к мясным и рыбным блюдам.

Салаты приготовляют перед подачей на стол.

Зеленые листья салата, петрушки, укропа и зеленый лук перебрать и положить на полчаса в холодную воду, чтобы они приобрели свежий вид. Затем промыть их в 2—3 водах, откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Крупные листья салата разделить на несколько частей, удаляя твердые части стебля, или разрезать на 2-3 части. Небольшие листья салата не разрезают. Зеленый лук, зелень петрушки и укропа мелко нарезать. Самые красивые листики петрушки и укропа следует оставить для украшения.

Свежие огурцы вымыть, пожелтевшие или горькие очистить от кожицы. Молоденькие маленькие огурчики можно употреблять для украшения салата. Соленые огурцы с толстой кожицей или переросшие необходимо очистить, удалить семена, нарезать ломтиками или квадратными кусочками.

Помидоры должны быть красными и твердыми. Нужно их вымыть, удалить место прикрепления стебля, затем нарезать дольками или кружочками.

У редиса обрезать листья. Редис хорошо промыть в холодной воде и нарезать кружочками. Из редиса можно вырезать розочки для украшения салата.

Картофель, свеклу, морковь сварить нечищенными. Дать им остыть, очистить от кожицы и нарезать ломтиками или квадратиками.

Салаты получаются вкуснее, если очищенный картофель или морковь отваривают в небольшом количестве воды.

Салаты заправляют соусом и украшают перед подачей на стол.

Если продукты для салатов приготовляют заранее, то каждый вид овощей необходимо нарезать, положить в отдельную посуду и держать в холодном месте (не более 2—3 часов). Нельзя

смешивать горячие продукты с холодными, так как от этого салаты быстро портятся.

Салаты украшают зеленью петрушки, укропа, листьями салата, а также продуктами, входящими в состав салатов.

ЗЕЛЕНЫЕ САЛАТЫ

5. САЛАТ СО СМЕТАНОЙ

5—6 пучков салата (300—400 г), 1 стакан сметаны, укроп, соль.

Листики салата перебрать, промыть, разорвать или разрезать на крупные части, посыпать солью, залить сметаной или соусом из уксуса и растительного масла (683) и осторожно перемешать. Положить в салатник, посыпать мелко нарезанной зеленью укропа или зеленым пуком.

6. САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ СО СМЕТАНОЙ

3—4 пучка салата (200 г), 2 свежих огурца, немного зеленого лука, 2/3 стакана сметаны, зелень укропа, соль.

Салат приготовить так же, как указано вьше(5), добавить нарезанные кружками огурцы, мелко нарезанный зеленый лук, посолить, залить сметаной и осторожно перемешать. Затем положить в салатник посыпать укропом, украсить более крупными ломтиками огурца и листиками салата.

Вместо сметаны можно употреблять соус из уксуса и растительного масла (683).

7. САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ С СОУСОМ ИЗ УКСУСА И РАСТИТЕЛЬНОГО МАСЛА

4—5 огурцов, несколько перьев зеленого лука, 3—4 ст. ложки соуса из уксуса и растительного масла.

Молодые огурцы промыть, тонко очистить от кожицы и нарезать кружочками. Сохраняя форму огурца, переложить кружочки в мелкую тарелку, немного раздвинуть их и полить соусом из уксуса и растительного масла (683). Сверху посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Вместо соуса из уксуса и растительного масла огурцы можно заправить разбавленным уксусом или сметаной.

8. РЕДИС РАННИЙ

Ранний редис можно подать на стол неразрезанным. Следует срезать листья, оставив у редиса стебельки длиной 2—3 см, затем хорошо промыть его, положить по несколько штук в низкую стеклянную вазу (в один ряд) и залить до половины холодной водой.

9. САЛАТ ИЗ РЕДИСА С МАЙОНЕЗОМ

4—5 пучков редиса, 2/3 стакана майонеза, несколько перьев зеленого лука, 1 яйцо, зелень петрушки.

Редис и зеленый лук промыть, нарезать (редис — тонкими кружочками, перья лука — мелко), залить майонезом (691), перемешать и выложить в салатник. Сверху украсить дольками сваренного вкрутую яйца, розочками из редиса и зеленью петрушки.

Вместо майонеза салат из редиса можно заправить сметаной, но тогда необходимо добавить немного соли.

10. САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ И СМЕТАНОЙ

6 помидоров, 2 луковицы, ½ стакана сметаны, соль, молотый перец, зелень петрушки.

Помидоры промыть, нарезать дольками, добавить мелко нарезанный лук, соль и перец по вкусу, залить сметаной. Выложить в салатник и посыпать зеленью петрушки.

11. САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК

3 шт. моркови, 3 яблока, лимонная кислота, соль, сахар, ½—2/3 стакана сметаны.

Сырую промытую и очищенную морковь натереть на картофельной терке, добавить очищенные и натертые на свекольной терке яблоки, соль, сметану и перемешать. В случае надобности добавить лимонную кислоту или разведенный уксус, соль и немного сахара.

Вместо сметаны салат можно заправить соусом из уксуса и растительного масла (683).

Этот салат подается к мучным, овощным оладьям, к крупяным и картофельным котлетам, к блюдам из птицы и кролика.

12. САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ

Небольшой кочан белокочанной или краснокочанной капусты, 1 морковь, 1 луковица, 2 ст. ложки растительного масла, уксус, сахар, соль, зелень петрушки.

Кочан капусты, удалив верхние листья, нарезать тонкими продольными кусками, положить в кастрюлю, полить разведенным уксусом с растительным маслом, посолить и, помешивая, немного потушить, чтобы капуста стала мягкой. Затем дать остыть, добавить мелко нарезанный лук, по вкусу сахар, соль, перемешать и выложить в салатник. Сверху посыпать натертой морковью и украсить зеленью петрушки. Белокочанную капусту можно подкрасить, добавив немного натертой отваренной свеклы.

Капусту можно также приготовить иным способом. Мелко нашинкованную капусту положить в миску, посыпать солью, 2 минуты перемешивать и растирать деревянной ложкой, затем оставить на полчаса, чтобы капуста стала мягкой. Потом слить выделившийся сок, капусту заправить так же, как было указано выше. К салату из свежей капусты, можно добавить сметану. Тогда количество уксуса следует уменьшить, а растительного масла можно не класть.

Приготовленный таким образом салат подается к селедке и рыбе, к горячим или холодным мясным блюдам.

13. САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ФРУКТАМИ ИЛИ ЯГОДАМИ

½ кочана свежей капусты, 1 морковь, 2 свежих или моченых яблока, 1 стакан маринованных слив 1 стакан сушеных фруктов или ½ стакана повидла из крыжовника, 2 ст. ложки растительного масла, 1 чайная ложка сахара, соль, уксус.

Приготовляется так же, как указанный выше салат из капусты (12), но под конец в салат кладут натертые яблоки, маринованные сливы без жидкости, сухие фрукты, отваренные в подкисленной и подслащенной воде, или повидло из крыжовника. Этот салат подается к птице, кролику и телятине.

14. САЛАТ ИЗ ЧЕРНОЙ РЕДЬКИ

1 крупная черная редька, 1—2 шт. моркови, ½—2/3 стакана сметаны, соль.

Редьку очистить, промыть, натереть на терке для свеклы, добавить натертую так же морковь, соль, перемешать и оставить на 20 минут, чтобы уменьшилась горечь. Затем залить сметаной, слегка перемешать и выложить в салатник. Подается к горячим и холодным блюдам из говядины и баранины.

Такой же салат можно приготовить и из белой редьки.

15. САЛАТ ИЗ МАРИНОВАННОГО ЛУКА

6 луковиц, 3 ст. ложки уксуса (3 %), 2 ст. ложки растительного масла, соль, лавровый лист, перец, гвоздика, корица, зелень петрушки.

Лук очистить, обмыть и нарезать кружочками. Вскипятить воду с лавровым листом, перцем (немолотым), гвоздикой, корицей, солью, добавить лук и варить, пока он не станет мягким. Затем добавить уксус, растительное масло и оставить на 2 часа, после чего переложить в салатник и посыпать сверху зеленью петрушки. Этот салат подается к горячим и холодным блюдам из баранины или жирной свинины.

САЛАТЫ ИЗ РАЗЛИЧНЫХ ОВОЩЕЙ
16. САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАЙОНЕЗОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ

6 шт. картофеля, 2 соленых огурца, 1/4 пучка зеленого лука или 2 луковицы, 2/3 стакана майонеза, зелень петрушки, 3 яйца.

Отварить картофель. Соленые огурцы очистить и удалить семена. Нарезать картофель и огурцы небольшими кружочками или продольными ломтиками, добавить нарезанные крутые яйца, мелко нарезанный зеленый лук, залить майонезом (691), осторожно перемешать и выложить в салатник. Сверху посыпать зеленью петрушки и обложить дольками яйца.

В картофельном салате соленые огурцы можно заменить маринованными или свежими огурцами, помидорами, салатом из свежей капусты, квашеной капустой, маринованными грибами. К картофельному салату можно добавить не только вареные яйца, но и кусочки селедки, копченого, вареного, жареного мяса или рыбы. Во всех случаях добавки должны составлять не более 1/3 веса картофеля.

Картофельный салат с рыбой имеет красивый вид, если по краям и сверху он украшен нарубленным желе на рыбном бульоне и раковыми шейками.

Приготовляемый дома майонез можно заменить покупным.

Картофельный салат можно также заправить соусом из сметаны с горчицей (687) или сметаной.

Зимой зеленый лук заменяют репчатым.

17. САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ И КАРТОФЕЛЯ

6 шт. картофеля, 2 корня сельдерея, ½ литра квашеной капусты, ½ луковицы, ½ стакана растительного масла, соль, сахар по вкусу.

Картофель и сельдерей сварить отдельно, мелко нарезать, добавить квашеную капусту, сырой нарезанный лук, растительное масло, соль и сахар по вкусу, затем перемешать. За неимением растительного масла салат можно заправить сметаной или томатным пюре.

Вместо сельдерея в салат можно положить 1 стакан вареной фасоли.

18. САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЛУКОМ

3—4 свеклы, 3 луковицы, ½ стакана разведенного уксуса, 1 лавровый лист, 5 горошин перца, 1 чайная ложка сахара, соль.

Сваренную свеклу очистить, натереть на терке для свеклы, добавить мелко нарезанный лук, смочить маринадом и поставить на 2 часа в прохладное место. Затем добавить по вкусу соль, сахар и 2 ст. ложки растительного масла (не обязательно), перемешать и выложить в салатник.

Для маринада вскипятить воду с пряностями, добавить по вкусу уксус, соль, сахар, охладить и залить свеклу.

Салат из свеклы подается к горячим и холодным блюдам из свинины или говядины.

19. САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ХРЕНОМ

3—4 свеклы, 1 стакан разведенного уксуса, 2 корня хрена, 1 лавровый лист, 5 горошин перца, 1 чайная ложка сахара, соль.

Сваренную свеклу очистить, обыкновенным ножом или специальным ножиком для овощей нарезать ее небольшими ломтиками и положить их рядами в стеклянную посуду, пересыпая натертым хреном. Залить охлажденным маринадом. Посуду плотно закрыть или накрыть пергаментной бумагой и завязать шпагатом. Поставить в холодное место и употреблять спустя 1—2 дня.

Подается к горячим или холодным блюдам из говядины или баранины.

Маринад приготовить так же, как для салата из свеклы с луком (18).

20. САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ С ВЕТЧИНОЙ ИЛИ СЕЛЕДКОЙ

1 стакан фасоли, 150—200 г копченой ветчины или 1 сельдь, 2 крутых яйца, 2/3 стакана соуса из сметаны с горчицей.

Фасоль предварительно замочить, отварить в несоленой воде, слить отвар и охладить. Добавить нарезанную небольшими кусочками копченую ветчину, залить холодным соусом из сметаны с горчицей (687) или томатным соусом (684), перемешать и выложить в салатник.

Сваренные вкрутую яйца очистить, разрезать пополам, вынуть желтки и вместо них начинить яйца мелко нарезанной ветчиной. Приготовленными таким образом половинками яйца украсить салат. Растертые желтки можно положить в горчичный соус, заправляя им фасоль.

Таким же образом можно приготовить салат из фасоли с кусочками вымоченной селедки.

21. САЛАТ ИЗ БОБОВ С СОУСОМ ИЗ СМЕТАНЫ С ГОРЧИЦЕЙ

2 стакана бобов, 2—3 яйца, 4 помидора, луковицы, ½ луковицы, 2/3 стакана соуса из сметаны с горчицей, соль, зелень укропа.

Бобы (желательно молоденькие) отварить, к концу варки посолить, слить воду, очистить от кожицы, добавить нарезанные кружочками крутые яйца, мелко нарезанный лук и кусочки помидоров. Залить соусом из сметаны с горчицей (687), слегка перемешать и выложить в салатник. Сверху посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и обложить дольками помидоров.

22. САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ, ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА И ФАСОЛИ

Круглое блюдо выложить вымытыми листьями салата, посередине положить горкой цветную капусту, посыпать ее растертым желтком сваренного вкрутую яйца, а в промежутки положить листья салата и дольки яичного белка. По краям блюда положить отдельными горками приготовленную фасоль и зеленый горошек. Вокруг полить томатным соусом (684).

23. САЛАТ ИЗ ВАРЕНОГО СЕЛЬДЕРЕЯ

3—4 шт. сельдерея, 1 стакан маринада, 1 яйцо, 2/3 стакана майонеза или томатного соуса.

Вымытый неочищенный сельдерей отварить, дать остыть, очистить и нарезать тонкими крупными ломтиками. Затем залить маринадом и оставить на 2 часа. Потом слить маринад и залить сельдерей майонезом (691) или томатным соусом (684).

К салату из сельдерея можно добавить тушеные свежие грибы, маринованные или соленые грибы. Украсить ломтиками сваренного вкрутую яйца.

24. ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ

4 шт. картофеля, 3 свеклы, 1—2 моркови, 1 яйцо, ½ луковицы или несколько перьев зеленого лука,

1—2 соленых огурца, ½ стакана фасоли, 2/3 стакана сметаны, соль, сахар, перец.

Отварить отдельно картофель, свеклу, морковь и фасоль. Картофель лучше варить неочищенным; морковь, если возможно, сварить в мясном бульоне или же тушить нарезанную морковь с небольшим количеством воды и жира. Фасоль замочить, отварить, слить воду и слегка посолить. Свеклу варить неочищенной или испечь в духовке.

Все эти вареные, тушеные или печеные овощи охладить, очистить, нарезать небольшими кусочками и выложить в широкую посуду. Добавить очищенные и нарезанные такими же кусочками огурцы, мелко нарезанный лук, молотый перец, соль, немного сахара. Залить сметаной и осторожно перемешать двумя ложками. Можно добавить по вкусу ½ столовой ложки приготовленной горчицы. Приготовленный винегрет выложить в салатник, украсить ломтиками крутого яйца, свеклы и огурца. Винегрет можно также украсить мелко нарезанным зеленым луком и вареным зеленым горошком.

Овощи, указанные для винегрета, можно заменить другими (за исключением свеклы и картофеля). Например, соленые огурцы можно заменить квашеной капустой или салатом из свежей. В таком случае винегрет лучше заправить не сметаной, а растительным маслом. К винегрету можно всегда добавлять свежие овощи по сезону как, например, листья салата, зеленый лук, свежие огурцы, свежие помидоры, вареный зеленый горошек, вареные свежие грибы или свежие яблоки. Винегрет вкусен, если он не водянистый. Поэтому следует употреблять только хорошую сметану, квашеную капусту надо отжать, удалить отделившиеся семена соленых огурцов, а нарезав огурцы, откинуть их на дуршлаг и дать стечь воде. Основные овощи — картофель и свекла — для винегрета берутся в одинаковом количестве, остальных овощей берут меньше.

В винегрет можно добавить кусочки вымоченной и очищенной селедки без костей, а также кусочки маринованных или соленых грибов. Вместо сельди можно положить маринованную салаку, из которой вынуты кости; салаку надо свернуть колечком и разложить рядами на поверхности винегрета.

25. ВИНЕГРЕТ МЯСНОЙ ИЛИ РЫБНЫЙ

2 шт. картофеля, 2 моркови, 1 свекла, 1 петрушка, ½ сельдерея, ½ стакана фасоли или зеленого горошка, 150 г вареной или жареной говядины, телятины или птицы, 1 соленый или 2 маринованных огурца, 1/4 кочана капусты, 1 яйцо, 1/3 стакана растительного масла, уксус, соль, сахар по вкусу.

Овощи приготовить так же, как для овощного винегрета. Петрушку и сельдерей сварить в мясном бульоне (при варке супа) и нарезать кусочками. Капусту нашинковать, добавить соли, растереть, полить разбавленным уксусом и оставить на полчаса, чтобы она пропиталась уксусом. Приготовленные овощи, нарезанное ломтиками вареное или жареное мясо перемешать, добавить по вкусу соль, растительное масло и сахар. Лучшие кусочки мяса можно оставить для украшения винегрета.

Подобным же образом приготовляется рыбный винегрет, причем вместо мяса берут вареную или жареную (без костей) рыбу.

В винегрет с телятиной, птицей или рыбой можно добавить маринованные сливы или моченые яблоки, а для украшения употреблять соленые или маринованные грибы.

26. САЛАТ ИЗ МАРИНОВАННЫХ ГРИБОВ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ. МАСЛОМ ИЛИ СМЕТАНОЙ

½ литра маринованных грибов, 1 луковица или пучок зеленого лука, 3 ст. ложки растительного масла, молотый перец.

С маринованных боровиков, лисичек, опенок или других грибов слить маринад, добавить мелко нарезанный лук, молотый перец, растительное масло, слегка перемешать и выложить в салатник. Сверху украсить наиболее красивыми шляпками грибов.

В этот салат можно добавить кусочки вымоченной сельди (сельдь очистить и удалить косточки), ломтики соленых огурцов и вареного картофеля, а вместо растительного масла употреблять сметану.

СЛАДКИЕ САЛАТЫ

27. САЛАТ ИЗ ЯБЛОК ИЛИ ГРУШ

6 кисло-сладких яблок или 1 литр груш, 3 стакана воды, 1 стакан сахара, лимонная кислота, 5 гвоздик, 5 горошин душистого перца, 1/4 палочки корицы, немного соли.

Яблоки очистить, разрезать на 4 части, удалить семенники и варить

1—3 минуты при слабом кипении в подслащенной и подкисленной воде с пряностями.

Затем яблоки вынуть шумовкой и положить в банку. Отвар немного поварить с корицей, гвоздикой, перцем и небольшим количеством соли, разбавить (если требуется) водой или добавить кислоты, охладить и залить им яблоки. Яблочный салат употреблять спустя сутки. При подаче на стол яблоки выложить вместе с жидкостью в стеклянную посуду.

Салат из груш приготовляется так же, как из яблок. Черенки очищенных груш средней величины укоротить и поскрести (разрезать груши на части не следует). Крупные груши разрезать пополам (семенники не удалять), черенок оставить на одной половине груши. Воду для варки груш следует больше подкислить. За неимением лимонной кислоты можно употреблять уксус или клюквенный сок. Салат, приготовленный с уксусом, можно хранить всю зиму в хорошо закрытой посуде.

Яблочный и грушевый салат подается к горячей и холодной птице, телятине и кролику.

28. САЛАТ ИЗ МОЧЕНЫХ ЯБЛОК

6 моченых яблок (антоновка), 6 сушеных слив, ½ стакана вина.

Моченые яблоки разрезать на 4 части и удалить семенники. Если кожица имеет некрасивый вид, то яблоки следует очистить. Выложить в стеклянную посуду, полить вином и посыпать порубленными сушеными сливами.

Моченые яблоки можно подавать в салатнике неразрезанными или разрезанными пополам, а в промежутки положить маринованные сливы или груши. Половинками моченых яблок украшают холодные блюда из птицы.

Мочить яблоки надо следующим образом: дно хорошо вымытой деревянной кадки устлать слоем листьев черной смородины и вишни, затем положить слой обмытых здоровых антоновских яблок средней величины, на них опять слой листьев и таким образом заполнить всю кадку. Залить сладкой кипяченой водой (на 10 литров воды — 400 г сахара и 3 ст. ложки соли), накрыть деревянным кружком, на который положить груз. Около месяца держать в прохладном месте. Таким образом можно заготовить яблоки на зиму.

29. САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ И ЯГОД

2 кисло-сладких яблока, 1 стакан вишен, 1 стакан слив, 3 груши, 1 стакан сахара, 1 рюмка ликера.

Свежие яблоки, груши, сливы очистить (сливы предварительно погрузить в кипяток, чтобы потрескалась кожица), удалить семенники и косточки. Яблоки и груши нарезать и отварить в подслащенной воде. Выложить их вместе с вишнями в стеклянную посуду слоями, пересыпая сахаром, и поставить на 12 часов в холодное место, часто поливая образовавшимся соком. При подаче на стол полить салат ликером (не обязательно). Так же можно приготовить салат и из иной смеси фруктов и ягод.

30. САЛАТ ИЗ МАРИНОВАННЫХ СЛИВ

1 литр слив, 2-½ стакана воды, 2 стакана сахара, ½ лимонной корки, 3 гвоздики, ½ палочки корицы, уксус.

Воду с сахаром, корицей, гвоздикой и лимонной коркой (если имеется) варить 10 минут. К концу варки добавить уксус, чтобы было достаточно кислоты, затем охладить.

Целые, непереспелые сливы промыть, положить в банку, залить сваренным и остуженным маринадом, завязать и оставить на 2—3 дня. При подаче на стол сливы выложить в соответствующую посуду и до половины залить маринадом.

Приготовленное таким образом большое количество слив можно хранить всю зиму. Чтобы сливы не заплесневели и не улетучился уксус, следует залить поверхность слоем растительного масла толщиной 0,5 см. Банку покрыть пергаментной бумагой, завязать шпагатом и накрыть крышкой.

31. САЛАТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ

300 г сушеных фруктов (яблок, слив или других). 1 стакан сахара, лимонная кислота или уксус, 1 литр воды, 1/4 палочки корицы, 3 гвоздики, ½ лимонной корки.

Воду с сахаром прокипятить, положить вымытые сушеные фрукты и отварить их. К концу варки добавить лимонную кислоту, корицу, гвоздику, лимонную корку. Затем охладить и оставить на несколько часов. При подаче на стол фрукты переложить в соответствующую посуду. Отвар, в котором они варились, процедить и залить им фрукты до половины. Сверху можно посыпать крупно нарубленными орехами. Таким образом можно варить и одни сушеные сливы. Их подкисляют уксусом.

ПРОЧИЕ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСКИ

32. ОГУРЦЫ ФАРШИРОВАННЫЕ

3 свежих огурца, уксус, соль по вкусу, 1 стакан томатного соуса, 1 крутое яйцо и морковь для украшения.

Для фарша: 200 г вареной говядины, телятины или птицы, 1 свежий огурец, 2 ст. ложки сметаны, молотый перец, соль, зелень укропа.

Свежие огурцы тонко очистить, разрезать вдоль пополам, ложкой удалить семена. Затем посыпать огурцы солью, полить разведенным уксусом и дать постоять 1 час, чтобы они промариновались.

Вареное мясо для фарша порубить, добавить кусочки мелко нарезанного огурца, соль, перец, укроп, 2 ст. ложки сметаны, немного томатного соуса и все перемешать.

Приготовленной массой начинить половинки огурцов сверху украсить ломтиками моркови, свежих огурцов или сваренных вкрутую яиц. Фаршированные огурцы разложить на блюде, полить кругом томатным соусом (684) и украсить зеленью укропа.

Огурцы можно также начинять фаршем из рыбы, грибов и пр.

Для рыбного фарша: 200 г вареной или копченой рыбы, 1 стакан майонеза, молотый перец, зелень укропа, маринованные грибы.

Вареную или копченую рыбу очистить от костей (с копченой рыбы снять кожицу) и порубить. Добавить молотый перец; укроп смешать с майонезом (691) и нафаршировать огурцы.

Сверху украсить шляпками маринованных грибов, раковыми шейками, густым майонезом и зеленью укропа.

Для грибного фарша: 10 сушеных грибов (боровиков), 1 ст. ложка сметаны, 2 ст. ложки растительного масла, 1 яйцо, 1 луковица, соль по вкусу.

Этим фаршем можно начинять свежие или соленые огурцы.

Сушеные грибы отварить в подсоленной воде, мелко порубить, добавить мелко нарезанный лук и поджарить на растительном масле. Когда они немного остынут, добавить нарубленное крутое яйцо, сметану, соль, перемешать и начинить огурцы. Сверху украсить яичным белком.

В грибной фарш можно добавить кусочки селедки.

33. ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦАМИ

6 помидоров средней величины, соль, молотый перец, зелень петрушки, ½ стакана сметаны.

Д л я ф а р ш а: 3 яйца, 1 луковица, молотый перец, сметана, соль.

Твердые красные помидоры одинаковой величины обмыть, вытереть и разрезать каждый из них на 4 части так, чтобы нижняя часть долек помидоров осталась соединенной. Затем каждый помидор посыпать солью, молотым перцем и оставить на 20 минут, чтобы он пропитался солью.

Яйца для фарша сварить вкрутую, охладить, порубить, добавит;, мелко нарезанный лук, сметану, перец, соль и все перемешать. Приготовленную массу класть между раздвинутыми дольками помидоров. Сверху полить сметаной и посыпать зеленью петрушки, аккуратно уложить на блюдо. Промежутки украсить зеленью петрушки.

Помидоры можно начинять и другим фаршем: грибной массой (707), майонезом (691), жирной массой с сыром (705) или селедочной массой, как фаршированные яйца (41).

34. ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСНЫМ, РЫБНЫМ ИЛИ ОВОЩНЫМ САЛАТОМ

6 помидоров средней величины, соль, молотый перец, зелень петрушки.

Для мясного салата: 150 г вареного или жареного мяса, 2 вареные картофелины, 1 свежий огурец, 1—2 яйца, ½—2/3 стакана майонеза.

Помидоры обмыть, вытереть, срезать верхушку, удалить середину с семенами, затем посыпать солью и перцем.

Вареное или жареное мясо, сваренное вкрутую яйцо, вареный картофель и свежий огурец нарезать небольшими кусочками, добавить майонез (691) или сметану, перемешать и начинить помидоры. Сверху украсить майонезом или кружочками крутого яйца.

Фаршированные помидоры аккуратно уложить на тарелку, в промежутки положить зелень петрушки.

Таким же образом помидоры можно фаршировать рыбным или овощным салатом.

Рыбный салат: Приготовляется так же, как мясной салат, но вместо мяса берут вареную, жареную или копченую рыбу.

Для овощного салата: 1 огурец, 1 пучок редиса, 1 пучок салата, несколько перьев зеленого лука, ½ стакана сметаны, укроп, соль, молотый перец.

Овощи очистить, обмыть, мелко нарезать, добавить соль, перец, сметану, перемешать и нафаршировать помидоры.

35. ЛУК ФАРШИРОВАННЫЙ

6 луковиц, 100 г копченой ветчины, 1 ст. ложка томатного пюре или сметаны, 1 ст. ложка масла, 50 т сыра, ½ стакана томатного соуса, соль.

Сладкий лук очистить и замочить в холодной воде на 12 часов. Затем срезать верхушку, вынуть середину, лук отварить в подсоленной воде. Вынутую середину лука порубить, поджарить вместе с мелко нарезанной ветчиной, охладить, добавить ложку сметаны или томатное пюре и начинить лук. Сверху посыпать натертым сыром, на каждую луковицу положить по кусочку сливочного масла и запекать на сковороде в духовке до тех пор, пока поверхность пожелтеет. Лук положить на блюдо, кругом полить томатным соусом (684).

Вместо копченой ветчины для фарша можно употреблять вареные грибы или вареное мясо.

ЗАКУСКИ ИЗ ЯИЦ И ТВОРОГА

36. ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ ПОД РАЗНЫМИ СОУСАМИ

3 яйца, 2/3—1 стакан сметанного соуса, 1 стакан маринованных или соленых грибов, 1 луковица или пучок зеленого лука, 1 ст. ложка растительного масла, зелень петрушки и укропа.

Яйца сварить вкрутую, очистить, разрезать вдоль пополам, аккуратно положить на тарелку (разрезом кверху), полить кругом сметанным соусом (685) и посыпать мелко нарезанной зеленью укропа или петрушки. Маринованные грибы заправить растительным маслом, добавить нарезанный лук и горками положить вокруг половинок яиц. Каждую половинку яйца можно украсить килькой или каким-либо закусочным маслом.

Половинки вареных яиц можно залить различными соусами и обложить свежими, солеными или маринованными овощами, которые имеются по сезону. Приводим несколько примеров.

1) Залить соусом из сметаны с горчицей (687), вокруг обложить нарезанными свежими помидорами.

2) Залить соусом из сметаны с хреном (686), вокруг обложить нарезанными свежими или солеными огурцами.

3) Залить соусом из щавеля. Взять 2 горсти щавеля, промыть, порубить, тушить в небольшом количестве воды и сливочного масла, протереть через сито. Затем поджарить ½ столовой ложки муки со сливочным или растительным маслом, разбавить кипяченой водой и процедить. Сложить в нее протертый щавель и прокипятить. Охладить, добавить 2 ст. ложки сметаны, соль и сахар по вкусу.

4) Приготовить 0,5 кг картофельного салата со сметаной или майонезом (691), положить его посередине тарелки, а сверху положить половинки вареных яиц. Вокруг полить майонезом или сметаной (в зависимости от того, чем заправлен салат) и украсить зеленью.

5) Приготовить прозрачный бульон для студня (692), налить в салатник слоем толщиной 2—3 см и дать застыть. Затем положить на студень половинки крутых яиц (разрезом вниз), обложить мелко нарезанными листиками салата и снова залить прохладным бульоном. Когда все застынет, перевернуть и выложить на мелкую тарелку.

37. ЯЙЦА В ПОМИДОРАХ

3 яйца, 6 помидоров, 2/3 стакана майонеза, 1 пучок салата, ½ ст. ложки масла.

Яйца сварить вкрутую, очистить, разрезать поперек пополам зигзагообразным разрезом, чтобы белок имел вид венчика. Желтки вынуть, протереть через сито, смешать с растертым маслом и начинить половинки белков, а последние вставить в помидоры. Чтобы яйца держались в помидорах, их следует надрезать небольшими дольками. Приготовленные яйца положить в мелкую тарелку, вокруг полить майонезом (691) и украсить листьями салата.

Можно сделать из яиц «мухоморы» или «боровики». Тупой конец вареного яйца отрезать, чтобы яйцо можно было поставить, накрыть его половинкой помидора или положить красивую шляпку соленого или маринованного боровика. Поставить их на тарелку, залить майонезом или сметанным соусом (685). Головки «мухоморов» украсить растертым сливочным маслом, положенным в виде маленьких точек. По краям тарелки положить свернутые ломтики тонко нарезанной ветчины.

38. ЯЙЦА В ВЕТЧИНЕ

6 яиц, 100 г копченой ветчины или чайной колбасы, ½ ст. ложки масла или топленого сала, зелень петрушки или укропа, листья салата для украшения, 1 стакан соуса из сметаны с хреном, 1 огурец.

Яйца сварить вкрутую, аккуратно очистить. Копченую ветчину нарезать крупными ломтиками, края подровнять, чтобы образовались квадраты или кружочки. Затем эти ломтики поджарить с одной стороны на сковородке с жиром, чтобы ломтики свернулись. Дать им остыть и в каждый свернувшийся кружок ветчины вставить тупым концом вниз яйцо, очищенное от скорлупы.

Посередине круглого блюда налить густой соус из сметаны с хреном (686), на него положить яйца в ветчине и обложить вокруг ломтиками свежих или соленых огурцов. Яйца посыпать сверху зеленью укропа.

Таким же образом можно приготовить яйца с чайной колбасой. Колбаса должна быть толстой, чтобы ее можно было нарезать довольно крупными ломтиками.

39. ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ВЕТЧИНОЙ

3 белка от сваренных вкрутую яиц, 3 помидора, зелень укропа.

Для фарша: 100 г копченой ветчины или колбасы, несколько перьев зеленого лука, 3 желтка от сваренных вкрутую яиц, 3 ст. ложки сметаны.

Крутые яйца очистить, разрезать вдоль пополам и вынуть желтки.

Ветчину и зеленый лук мелко нарезать, добавить порубленные желтки, сметану, перемешать и начинить этим фаршем половинки белков. Сверху посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

Фаршированные половинки яиц уложить на блюдо, положив под каждую из них по ломтику помидора или огурца. Вокруг можно полить соусом из сметаны с хреном (686).

40. ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ

3 сваренных вкрутую яйца, 1 стакан сметанного соуса, 3 небольших огурца, зелень укропа, 1 ст. ложка масла.

Для фарша: 1 стакан отваренных свежих грибов, 1 луковица, 1 ст. ложка растительного масла, 1—2 ст. ложки сметаны, перец, соль.

Крутые яйца очистить, разрезать вдоль пополам и вынуть желтки.

Мелко нарезанный лук и порубленные сваренные грибы поджарить на небольшом количестве растительного масла, охладить, добавить сметану, молотый перец, соль и перемешать. Приготовленным фаршем начинить половинки белков и положить на каждую из них по красивой шляпке гриба.

Посередине блюда положить нарезанные кружками огурцы, чтобы образовалась горка, на нее положить растертые со сливочным маслом и скатанные в шарики желтки. Кругом полить сметанным соусом (683). Сверху посыпать зеленью укропа и положить фаршированные половинки яичных белков.

41.ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ СЕЛЕДКОЙ

4 белка от сваренных вкрутую яиц, 1 стакан соуса из сметаны или хрена, зелень укропа.

Для фарша: ½ селедки, 1 ломтик булки, ½ луковицы, 4 желтка от крутых яиц или 2 крутых яйца, 1 ст. ложка растительного масла, 1—2 ст. ложки сметаны, перец, молоко.

Крутые яйца очистить, разрезать поперек пополам так, чтобы образовались зубчатые края, вынуть из них желтки.

Селедку хорошо вымочить, очистить, удалить кости, затем порубить. Мелко нарезанный лук поджарить на растительном масле, добавить рубленую селедку, перец и еще немного поджарить. Дать остыть, добавить намоченную в молоке булку, порубленные яичные желтки, сметану и хорошо перемешать. Этим фаршем начинить половинки белков, сложить их, чтобы яйцо выглядело целым, и обвалять в мелко порубленном белке.

Приготовленные яйца положить на тарелку, украсить кружками помидора, нарезанным зеленым луком и закусочным маслом или полить кругом сметанным соусом и посыпать зеленью укропа. Вместо сметанного соуса можно заправить соусом из сметаны с хреном (686).

42. СЫР ВАРЕНЫЙ

10 литров простокваши, 2 литра цельного молока, 2 яйца, 2/3 стакана сметаны, 1 ст. ложка масла, соль.

Из простокваши приготовить творог.

Молоко вскипятить, положить в него накрошенный творог и немного подогреть до выделения сыворотки. Затем вылить в мешочек и хорошо отжать.

Растопить в кастрюле масло, положить творог, сметану, яйца,соль и, подогревая, мешать до тех пор, пока масса не станет жидкой, соединится в один кусок и сделается тягучей. Затем массу выложить на влажную салфетку, сжать, чтобы не было промежутков, завязать льняной ниткой, опустить в холодную воду и подержать в ней несколько минут. Чтобы вынутый из воды сыр имел лучший вид, его можно положить под груз.

Приготовленный таким образом сыр сладкий, хрупкий и сохраняется около 2 недель. Подается на завтрак как закуска.

43. ЯЙЦА ИЗ ТВОРОГА

500 г творога, ½—1 селедка или 100—200 г копченой ветчины, 3—4 ст. ложки сметаны, 100—150 г масла, зелень петрушки, натертый сыр.

Селедку хорошо вымочить, очистить, удалить кости, затем порубить. В растертое сливочное масло положить рубленую селедку, протертый свежий творог, сметану и все перемешать. Чтобы масса была гуще, можно добавить натертого сыру. Ложкой сделать клецки в форме яиц, обвалять их в смеси натертого сыра с нарубленной зеленью петрушки и положить на блюдо. Вокруг полить соусом из сметаны с горчицей (687) или с хреном (686). Украсить зеленью петрушки, кружками помидоров или огурцов.

Подается как закуска на завтрак. Вместо сельди можно взять копченую ветчину.

ЗАКУСКИ ИЗ РЫБЫ

44. ЩУКА ФАРШИРОВАННАЯ В ЖЕЛЕ

1,5 кг щуки, 2 ломтика булки, молоко для размачивания булки, 2 луковицы, 1 ст. ложка масла, 2 крутых яйца, 12 горошин душистого и горького перца, 2 лавровых листа, соль, 150 г кореньев (морковь, петрушка, лук).

Для желе: 2—3 стакана рыбного бульона,1½—2 чайные ложки мелкого желатина (или 3— 4 листика).

Для украшения: 2 вареные моркови, 1 стакан сушеных слив, зелень петрушки и сельдерея.

Щуку очистить выпотрошить (не разрезая брюшка) через надрез у головы, удалить жабры, затем обмыть рыбу холодной водой. Снять кожу так чтобы голова и хвост не отделились от кожи (см. стр. 158).

Отделить мякоть от костей, порубить ее или пропустить через мясорубкувместе с поджаренным луком и размоченной в молоке булкой. Чтобы запах лука был сильнее, можно положить его сырым. Затем растереть в миске масло до образования пышной массы, добавить молотую массу, порубленные крутые яйца, перец, соль и хорошо перемешать, доливая понемногу бульон, чтобы масса стала такой густой, как хорошая сметана. Приготовленным фаршем, не нажимая, начинить снятую рыбью кожу. Разрез зашить, кожу наколоть в нескольких местах и положить рыбу (спинкой вверх) в специальную посуду для варки рыбы или в обыкновенную кастрюлю. Добавить нарезанную крупными кусками морковь, петрушку, лук, горошины перца, лавровый лист, соль, залить охлажденным бульоном из рыбьих костей или холодной водой и варить на слабом огне в течение 45 минут. Когда вода закипит, на спинке рыбы можно сделать в 2—3 местах неглубокие надрезы для того, чтобы рыба не развалилась.

Вареную рыбу немного охладить в том же бульоне, затем вынуть ее из кастрюли и положить на продолговатое блюдо. При отсутствии специальной кастрюли с вынимающимся дном вынуть рыбу из обыкновенной кастрюли, не нарушив внешнего вида, очень трудно. Поэтому рекомендуется разрезать рыбу на 2—3 части и вынуть отдельными кусками. Выдернуть нитки, разрезать ее на небольшие куски и положить на блюдо в виде целой рыбы. Украсить кружочками сваренной в бульоне моркови и половинками сваренных сушеных слив, а дно блюда — зеленью петрушки или сельдерея и вареной морковью. Рыбному бульону дать отстояться, затем осторожно процедить его. Если бульона

много, то его можно прокипятить, чтобы часть воды испарилась. Затем растворить в нем желатин, хорошо размоченный в холодной воде (на 1 стакан бульона — 1 чайная ложка измельченного желатина). Если желе окажется мутным, его следует осветлить яичным белком так же, как студень на мясном бульоне (692). Приготовленным остуженным бульономзалить положенную на блюдо рыбу. Часть бульона вылить в отдельную посуду и дать ему застыть. Рыбу, морковь и сливы на ней покрыть желе, выжимая его через трубочку из пергаментной бумаги.

Фаршированную рыбу можно украсить вареными яйцами (из них делают водяные лилии), маринованными грибами, ломтиками лимона, смесью масла с хреном (703) и др.

45. РЫБА ЗАЛИВНАЯ, ФАРШИРОВАННАЯ КУСКАМИ

1,5 кг щуки, судака или леща, 1½—2 ломтика булки, молоко для размачивания булки, 4 луковицы (для фарша и бульона), 1 долька чеснока, 1 — 2 яйца, 1 ложка масла, ½—1 шт. свеклы для бульона, 3 моркови, 10 горошин перца, соль, 2—3 стакана приготовленного для желе бульона, лавровый лист.

Рыбу очистить, выпотрошить через надрез у головы, удалить жабры, вымыть и нарезать кусками. Из каждого куска вырезать мякоть, не повредив кожи и оставив кость. Мякоть пропустить через мясорубку или порубить вместе с вымоченной в молоке булкой и поджаренным на масле луком. Затем добавить сырые яйца, немного бульона, соль и все хорошо перемешать. Приготовленным фаршем начинить каждый кусок рыбы (вместо вырезанной мякоти и внутренностей).

На дно кастрюли положить нарезанную ломтиками сырую свеклу, морковь и лук. На них положить фаршированные куски рыбы (также голову и хвост), концы кусков смазать яичным белком, чтобы при варке лучше держался фарш. В кастрюлю можно положить 2—3 слоя рыбы, перекладывая их овощами. Залить холодной водой, чтобы она покрыла рыбу добавить перец, лавровый лист, соль, накрыть кастрюлю крышкой и варить на слабом огне около 2 часов. Во время варки можно добавить луковую шелуху, от которой рыба и желе приобретают красивый цвет. Сваренную рыбу охладить в том же бульоне, в котором она варилась.

Остывшие куски рыбы красиво разложить на продолговатом блюде в виде целой рыбы, приставить голову и хвост, украсить вареными овощами и залить прозрачным рыбным бульоном. Если варилось большое количество рыбы, то бульон хорошо застывает и желатин в него класть не нужно.

Фаршированную кусками рыбу можно варить с меньшим количеством кореньев и без свеклы. В этом случае ее надо варить всего 35 — 45 минут.

Заливная рыба, застывшая целиком или отдельными кусками, имеет более красивый вид, если перед подачей на стол ее выкладывают, опрокинув посуду, на другое блюдо. Бульон для желе следует приготовить крепкий и очень прозрачный (693), а посуда для застывания должна быть с высокими краями, желательно — специальная форма для рыбы. Прежде всего в форму или в посуду влить слоем около 1 см предназначенный

для желе бульон. Когда бульон застынет, положить шляпки маринованных грибов, украшения, вырезанные из вареных овощей и яиц, а на них — куски рыбы. Затем залить вторично бульоном и оставить, чтобы желе хорошо застыло. Перед подачей на стол дно кастрюли, в которой находится заливная рыба, немного подогреть в горячей воде, затем опрокинуть на блюдо. Украшать только края блюда.

46. РУЛЕТ ИЗ ЩУКИ

1 кг щуки, 4 яйца, 1 ломтик булки, 1 стакан молока, 1 ст. ложка масла, 1 морковь, 2 луковицы, 10 горошин перца (для фарша и бульона), 1 лавровый лист, соль, 3 стакана бульона для желе.

Щуку очистить, сделать надрез вдоль спины и выпотрошить (см. стр. 158). Затем промыть, удалить кости, положить рыбу на дощечку (мякотью кверху) и обровнять мякоть (с более толстых мест срезать и добавить к более тонким). Потом посолить, посыпать перцем и оставить на полчаса, чтобы рыба пропиталась солью.

1 яйцо и 2 желтка для фарша взбить с ½ стакана молока, добавить размоченную в молоке и протертую через сито булку, соль, молотый перец, мелко нарезанный лук и, помешивая, слегка поджарить на масле до загустения массы. Можно также приготовить фарш иначе: поджарить отдельно 3 яичных белка и разрезать их на кусочки. Приготовленным фаршем намазать мякоть рыбы, обложить кусочками белка, свернуть рулетом, обернуть марлей, варить 45 минут на слабом огне в бульоне, сваренном из отходов рыбы (костей, головы), пряностей и кореньев. Когда рыба сварится, дать ей остыть, не вынимая из бульона. Затем вынуть из кастрюли, снять марлю, нарезать аккуратными ломтиками, уложить на блюдо, залить рыбным бульоном (693) и дать застыть.

При желании опрокинуть на другое блюдо рулет, его нужно положить в миску на слой уже застывшего желе, снова залит бульоном и дать застыть. Затем осторожно опрокинуть миску с рулетом на блюдо.

47. СНЕТКИ ИЛИ РЯПУШКА ЖАРЕНЫЕ

1 кг снетков или ряпушки, ½ стакана муки, ½ стакана растительного масла, соль, перец.

Снетки или ряпушку очистить, выпотрошить, посолить, посыпать перцем, обвалять в муке и зажарить на растительном масле.

При подаче на стол аккуратно уложить рядами на блюдо, украсить ломтиками яиц и помидоров.

48. РЯПУШКА ЖАРЕНАЯ В МАРИНАДЕ

1 кг ряпушки, ½ стакана муки, ½ стакана растительного масла.

Для маринада: 1 луковица, 1 петрушка, ½ сельдерея, 12 горошин перца, 3 лавровых листа, 5 гвоздик, уксус, сахар, соль, 2 стакана в оды.

Ряпушку очистить, выпотрошить, промыть, осушить, посолить, обвалять в муке и поджарить на растительном или сливочном масле.

Воду, предназначенную для маринада, кипятить 15—20 минут с очищенным и нарезанным звездочками сельдереем, петрушкой, нарезанным кружочками луком, молотым перцем, лавровым листом и гвоздикой. Незадолго до окончания варки добавить соль, уксус и сахар; маринад должен быть кислым. Остывшим маринадом залить рыбу. Спустя 6 часов блюдо можно подавать.

49. РЫБА В ОВОЩНОМ МАРИНАДЕ

1 кг трески, карася или другой рыбы, ½ стакана муки, 2 моркови, 1 петрушка, 3 луковицы, ½ стакана томатного пюре (не обязательно), ½ стакана растительного масла, 1 лавровый лист, 5 горошин перца, соль, уксус по в кусу, 1 чайная ложка сахара.

Рыбу очистить, удалить кости, разрезать на куски, обвалять в муке и поджарить на растительном масле. Мелкую рыбу поджарить неразрезанной.

Овощи, предназначенные для маринада, очистить, промыть и нарезать: лук — тонкими кружками, морковь и петрушку — звездочками. 10—15 минут жарить овощи на растительном масле, затем добавить томатное пюре, перец, лавровый лист, 1—1½ стакана рыбного бульона или горячей воды и тушить в закрытой посуде. Добавить по вкусу соль, уксус, сахар; приготовленным горячим маринадом залить рыбу. Подогреть до кипения, выложить в салатник и охладить. Сверху посыпать зеленью петрушки или луком. Подать к столу через несколько часов.

50. ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ РЫБЫ ЗАЛИВНЫЕ

1 кг рыбы (трески, окуня), 2 ломтика булки, 1 яйцо, молоко для размачивания булки, 1 ст. ложка масла, 2 луковицы, ½ ст. ложки масла для жаренья лука, молотый перец, соль, 2—3 листка желатина, зелень петрушки, 3 стакана приготовленного для желе бульона.

Рыбу очистить, снять кожу, удалить кости, мякоть пропустить через мясорубку вместе с замоченной в молоке или воде и отжатой булкой и поджаренным на масле луком. Добавить масло, соль, перец, яйцо; массу перемешать и разделать фрикадельки величиной с каштан. Фрикадельки отварить в бульоне из отходов рыбы и пряностей отладить выложить в круглый салатник и залить бульоном, предназначенным для желе (693).

Перед подачей на стол заливное опрокинуть из салатника на блюдо и украсить зеленью петрушки.

Фрикадельки можно приготовить и из вареной или жареной рыбы. Мякоть отделить от костей, пропустить через мясорубку или протереть через сито вместе с поджаренным на масле луком, затем все поджарить на сковороде. Добавить соль, перец, 1 ст. ложку сметаны или томатного пюре, дать остыть и перемешать с растертым добела маслом. Из этой массы разделать шарики величиной с каштан, вынести на холод и дать застыть. Затем в салатник или в 2 глубокие тарелки налить нетолстым слоем бульон. Когда бульон застынет, положить на него фрикадельки, снова залить новой порцией бульона и дать застыть. Перед подачей на стол опрокинуть фрикадельки из этой посуды в другую.

51. ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ

1 кг рыбы (трески, окуня или др.), 2 ломтика булки, молоко для размачивания булки, 1 яйцо, 2 луковицы, 1/3 стакана растительного масла, 2 ст. ложки сметаны, бульон, 3 ст. ложки томатного пюре, молотый перец, соль, сахар, мука, рыбный бульон.

Рыбу выпотрошить, снять кожу, удалить кости и пропустить мякоть через мясорубку вместе с булкой, размоченной в молоке, и луком, поджаренным на растительном масле. Добавить яйцо, перец, соль, массу перемешать и разделать шарики величиной с каштан. Обвалять их в муке, поджарить со всех сторон на растительном масле, добавить томатное пюре, сметану, сахар, немного соли, залить рыбным бульоном и, накрыв кастрюлю, тушить 15—20 минут. Остывшие фрикадельки положить на блюдо горкой и залить соусом, в котором они тушились. Блюдо украсить по краям свежими огурцами, помидорами, солеными или маринованными овощами.

52. РЫБА КОПЧЕНАЯ ПОД СОУСОМ ИЗ ТОМАТА И РАСТИТЕЛЬНОГО МАСЛА

1 кг копченой рыбы (трески, селедки или др.), 2 ст. ложки томатного пюре, 1 луковица, соль, сахар, 1/3—½ стакана подсолнечного масла.

С копченой рыбы снять кожу, удалить кости; разрезать рыбу на небольшие куски, положить в салатник и залить горячим томатным соусом.

Для соуса мелко нарезанный лук поджарить на растительном масле, добавить томатное пюре, соль, сахар, влить 2 ст. ложки горячей воды и немного поварить.

Если желают, чтобы копченая рыба была похожа на консервированную в растительном масле, то вместо томатного пюре ее надо залить горячим растительным маслом и поставить в закрытой посуде на ½ часа в негорячую духовку.

Вместо томатного соуса (684) рыбу можно залить соусом из сметаны с горчицей (687).

53. СЕЛЬДЬ ПОД СОУСОМ ИЗ ХРЕНА

2 сельди, 1 стакан соуса из сметаны с хреном, 1 яйцо для украшения, зелень петрушки.

Сельдь вымочить, снять кожицу, удалить кости, нарезать косыми кусочками, положить в селедочницу (приставить голову и хвост) и залить соусом из сметаны с хреном (686). Украсить ломтиками сваренного вкрутую яйца и зеленью петрушки.

54. СЕЛЬДЬ ПОД МАЙОНЕЗОМ

2 сельди, 2/3 стакана майонеза, зеленый лук или зелень петрушки, 1 яйцо.

Селедку вымочить, выпотрошить, снять кожу, удалить кости, нарезать косыми кусочками и положить в селедочницу в виде целой селедки. Залить ее майонезом (691), по краям посыпать толстым слоем нарезанного зеленого лука, сверху украсить кружочками крутого яйца, приставить голову и хвост. Голову следует хорошо обмыть, удалить жабры, вместо глаз вложить по маленькому кусочку лука и украсить веточкой петрушки.

Вместо майонеза селедку можно залить сметаной, соусом из уксуса с растительным маслом (683), из горчицы (689), из сметаны с хреном (686) или каким-либо другим соусом, а вокруг обложить овощами (по сезону): помидорами, огурцами, редисом, зеленым луком и т. д.

55. СЕЛЬДЬ ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ

2 сельди, 2 луковицы, ½ стакана томатного пюре, 4 ст. ложки растительного масла, уксус по вкусу, перец, 1 чайная ложка сахара.

Селедку хорошо вымочить, выпотрошить, снять кожицу, удалить кости, разрезать и положить в селедочницу, приставить голову и хвост.

Лук поджарить на растительном масле, добавить томатное пюре, уксус, сахар, перец, ложку горячей воды и все подогреть до кипения. Охлажденным соусом залить приготовленную селедку.

Украсить луком или зеленью петрушки.

Селедку можно залить горячим соусом. В этом случае с селедки не обязательно снимать кожицу, так как горячий соус размягчает ее.

56. СЕЛЬДЬ В РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛЕ С ПОДЖАРЕННЫМ ЛУКОМ

2 сельди, 3—4 луковицы, 4 ст. ложки растительного масла, уксус, немного сахара.

Селедку вымочить, выпотрошить, снять кожицу, удалить кости, разрезать и положить в селедочницу. Приставить голову и хвост.

Лук нарезать кружочками, поджарить на растительном масле, добавить немного уксуса, сахар, дать остыть и залить селедку.

57. СЕЛЬДЬ В РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛЕ С ЖАРЕНЫМИ ГРИБАМИ

2 сельди, 1—2 луковицы, 10 сушеных боровиков, 4 ст. ложки растительного масла.

Селедку вымочить, выпотрошить, снять кожицу, удалить кости, нарезать кусочками, положить в селедочницу, приставить голову и хвост.

Сушеные грибы отварить в подсоленной воде, нарезать продолговатыми тонкими кусочками и вместе с нарезанным так же луком поджарить на растительном масле. Дать остыть и залить приготовленную селедку.

58. СЕЛЬДЬ С ГАРНИРОМ ИЗ ОВОЩЕЙ

2 сельди, 4 картофелины, 3 моркови, 1 свекла, 1 стакан зеленого горошка, ½ стакана фасоли, 2 луковицы или зеленый лук, уксус, растительное масло, сахар, зелень петрушки.

Картофель, морковь, свеклу, фасоль и зеленый горошек отварить. Свеклу, картофель, морковь нарезать зубчатым ножиком кружочками и вместе с ломтиками лука положить в воду с уксусом и сахаром. Затем жидкость слить, овощи немного полить растительным маслом.

С вымоченных селедок снять кожицу, удалить кости, аккуратно нарезать и положить на продолговатое блюдо в виде целой селедки, приставив голову и хвост. Полить разведенным уксусом с небольшим количеством растительного масла или залить сметаной, майонезом (691) или другим подходящим для селедки соусом, а сверху украсить зеленью петрушки. Вокруг селедки горками или рядками положить маринованные и свежие овощи, сочетая их по цвету.

Овощи можно разнообразить по сезону; например, летом с селедкой подают свежие помидоры, огурцы, а зимой — грибы, маринованные или соленые овощи.

59. РОЛЬМОПС

3 сельди, 2—3 луковицы, 2 моркови, 5 горошин перца, 1 ст. ложка растительного масла, 3 гвоздики, 2 лавровых листа, уксус, немного сахара, 1½ стакана воды.

Сельдь вымочить, выпотрошить (с худших селедок снять кожицу), удалить кости. Разделить каждую сельдь вдоль на 2 половинки.

Морковь для маринада нарезать звездочками, лук — продолговатыми тонкими кусочками; положить их в кипяток с лавровым листом, гвоздикой и перцем, варить 15 минут. Добавить уксус, сахар и еще раз вскипятить.

Половинки селедок положить мякотью вверх, смазать растительным маслом. Положить на эти половинки сваренные в маринаде морковь, лук и свернуть рулетом, начиная с широкого конца. Чтобы рольмопсы не распались, сделать в них небольшой надрез и всунуть в него ножом узкий конец селедки. Приготовленные рольмопсы положить в стеклянную банку и залить холодным маринадом. Посуду держать закрытой. Рольмопс готов к употреблению через сутки.

Перед подачей на стол рольмопсы следует выложить в салатник и залить до половины маринадом. Сверху украсить кружочками овощей, вынутыми из маринада.

Рольмопсы можно начинять различной начинкой, например тушенным в растительном масле луком, сваренными свежими грибами с луком, тушенными в растительном масле маринованными грибами, луком и солеными огурцами и т. д.

60. РОЛЬМОПС С ЯБЛОКАМИ

3 сельди, 3 яблока, 2 ст. ложки томатного пюре, 1 луковица, 1 стакан сметаны, сахар.

1 яблоко и луковицу натереть на терке для свеклы, добавить томатное пюре, немного сахара, перемешать и смазать этой массой половинки селедки, подготовленные как было указано выше (59). Свернуть рольмопсы, положить в стеклянную банку с небольшими дольками яблок и залить обыкновенным маринадом, добавив к нему 1 столовую ложку томатного пюре. К столу подать через 1—2 суток. Приготовленные рольмопсы вынуть из маринада и положить на блюдо или в маленький салатник. Их можно залить сметаной и обложить вынутыми из маринада дольками яблок.

Вместо свежих яблок можно взять сушеные очищенные яблоки, но в этом случае их следует сварить в подслащенной воде.

61. СЕЛЬДЬ РУБЛЕНАЯ

2 сельди, 1½ ломтика булки, 2 ст. ложки растительного масла, 1 яблоко или немного уксуса, 1 луковица, 2 яйца, перец.

Селедку хорошо вымочить, снять кожицу, удалить кости, мелко порубить, добавить отжатую замоченную булку, мелко нарезанный и поджаренный на растительном или сливочном масле лук, натертое яблоко, порубленное сваренное вкрутую яйцо, молотый перец и хорошо перемешать. Этой массе придать ножом форму селедки, приставить головку и хвост, сверху посыпать рубленым белком и желтком крутого яйца, украсить дольками яблока. Желток можно растереть со сливочным маслом и украсить поверхность селедки. Положить вокруг селедки на блюдо ломтики помидоров, огурцов, редиса и листья салата.

МЯСНЫЕ ЗАКУСКИ

Для холодных мясных закусок приготовляются различные блюда в желе, жаркое, рулеты и запеканки из рубленого мяса.

62. ПОРОСЕНОК ЗАЛИВНОЙ

½ поросенка, ½ моркови, 1 луковица, 1 лавровый лист, 8 горошин перца, соль, 1 чайная ложка желатина.

Поросенка опалить, выпотрошить и промыть. Затем целого или часть поросенка сварить в воде с приправами на слабом огне (не переварить). Для того, чтобы больше чувствовался запах поросенка, можно класть меньше пряностей и кореньев. Готового поросенка охладить в бульоне, затем вынуть, нарезать кусками, аккуратно положить на продолговатое блюдо и украсить кружочками вареной моркови.

Бульону, в котором варился поросенок, дать отстояться, осторожно слить или процедить. Если бульона много, то прокипятить его, чтобы часть воды испарилась. Затем положить в бульон замоченный в холодной воде желатин. Бульон можно осветлить яичным белком так же, как при приготовлении мясного студня (692) и залить им положенного на блюдо поросенка. Желатина надо взять немного или совсем не класть его, так как в молодом поросенке содержатся вещества, образующие студень. Отдельно подать хрен с уксусом.

63. ПОРОСЕНОК ЖАРЕНЫЙ ФАРШИРОВАННЫЙ

1 поросенок, печенка, легкие, почки, сердце поросенка, 300 г телятины, 2 ст. ложки масла, 2 ломтика булки без корки, 2 яйца, 1 луковица, 1 морковь, перец, соль.

Поросенка хорошо очистить, разрезать брюшко и грудную клетку и выпотрошить. Затем обмыть его и удалить кости (кости головы и ножек оставить). Натереть солью и дать просолиться в течение 30 минут.

Сердце, легкие, почки и печень поросенка сварить в подсоленной воде, охладить и разрезать на куски, добавить телятину, морковь, лук и поджарить на масле, затем 2 раза пропустить через мясорубку. Отдельно растереть добела масло; растирая, добавить пропущенное через мясорубку мясо, замоченную в молоке булку, яичные желтки, перец, соль и разбавить бульоном, чтобы масса не была слишком крутой. Затем ввести взбитые белки и осторожно перемешать. Приготовленным фаршем начинить поросенка, зашить грудь и брюшко, положить на противень и жарить в горячей духовке. Когда поверхность зарумянится, влить стакан бульона. Во время жаренья несколько раз полить поросенка выделившимся соком. Поросенка жарить около 1½ часов. Чтобы уши и хвост не пригорели, их можно обернуть бумагой.

Зажаренного поросенка охладить, удалить нитки, положить на продолговатое блюдо (спинкой вверх) и острым ножом разрезать, не нарушая общего вида. Сверху украсить густым майонезом (691) и зеленью петрушки. Отдельно подать хрен.

Фаршированного поросенка можно не только жарить, но и варить в бульоне с кореньями и пряностями. Чтобы поросенок не распался, его надо завернуть в салфетку или марлю. Сваренному поросенку дать остыть в том же бульоне. Затем снять салфетку, удалить нитки, разрезать на куски, залить мясным бульоном (692), дать застыть и украсить желе.

64. РУЛЕТ ИЗ СВИНОЙ ГРУДИНКИ

1 —1,5 кг свиной грудинки, 2 моркови, 1 луковица, 1 лавровый лист, 12 горошин перца, соль.

Нетолстую свежую свиную грудинку обмыть, осушить чистой салфеткой, надрезать пленку и удалить ребра, посыпать солью, молотым перцем, свернуть рулетом (кожей кверху) и крепко перевязать ниткой или шпагатом.

Рулет положить в кастрюлю, залить горячей водой, положить очищенную морковь, лук, лавровый лист, горошины перца. Кастрюлю накрыть, варить 2—3 часа. К концу варки посолить, затем придавить рулет грузом и дать остыть в том же бульоне.

Перед подачей на стол удалить нитки, нарезать ломтиками толщиной 1 см и положить на круглое блюдо рядами или в форме венка так, чтобы каждый кружок закрывал треть другого.

65. РУЛЕТ ИЗ ГОЛЯШКИ

1 голяшка свиного окорока, 150 г кореньев (морковь, лук), 5 горошин перца, 1 лавровый лист, соль.

Отрубить голяшку окорока, хорошо обмыть, разрезать вдоль и удалить кость. Мясо посыпать перцем, свернуть рулетом, крепко перевязать шпагатом и сварить с кореньями и пряностями, положив вместе с ними и разрубленную кость голяшки. Рулет охладить в том же бульоне и, вынув, положить на него груз. Перед подачей на стол удалить шпагат, нарезать мясо ломтиками и красиво разложить на блюде. Бульон использовать для приготовления супов.

Таким же образом можно приготовить рулет и из голяшки копченого окорока, но предварительно ее следует хорошо вымочить.

66. РУЛЕТ ИЗ СВИНОЙ ГОЛОВЫ

1 свиная голова, 1 почка, 1/4 печенки, 2 луковицы, 2 ломтика булки, 1 ст. ложка топленого сала, перец, соль.

Свиную голову с кожей хорошо почистить, обмыть, осушить, удалить кости, мясо обровнять, глазницы зашить и, положив мясом кверху, посыпать солью и перцем.

Предназначенное для фарша мясо головы, вымоченную в воде почку, поджаренный с жиром лук и печенку пропустить через мясорубку. Добавить замоченную булку, перец, соль, все перемешать и приготовленной массой обмазать мясо головы. (Фарш можно разнообразить, прибавив нарезанные дольками крутые яйца и соленые огурцы.) Затем свернуть так, чтобы рыльце было на одном конце рулета, и хорошо перевязать шпагатом. Широкий конец рулета зашить кожей. Приготовленный рулет из свиной головы варить 3—4 часа в бульоне с кореньями и пряностями, пока он не станет мягким. Охладить в том же бульоне, а затем положить под груз между двумя дощечками. Перед подачей на стол шпагат и пришитую кожу удалить, рулет положить на продолговатое блюдо, часть его нарезать ломтиками так, чтобы рулет сохранил свою форму. Украсить нарезанным желе, в рыльце воткнуть зелень петрушки или ломтик вареного яйца.

Рулет можно также приготовить иным способом. Половину свиной головы сварить, удалить кости, мясо подровнять, посыпать солью, перцем положить на него вареный язык, уши или же дольки крутого яйца, свернуть, обвязать шпагатом и еще полчаса варить в бульоне. Если рулет фаршируют в горячем виде, то варить его больше не следует.

67. МЯСНОЙ СЫР

1 язык, 2 почки, 200 г мясных остатков, 500 г свиной головы, 200 г свиной кожи, 24 горошины перца, 5 гвоздик, соль по вкусу, коренья.

Свиные почки, жирное мясо с головы, рыльце, остатки мяса, кожу обмыть и варить 1—½ часа в бульоне с кореньями и пряностями. Язык сварить отдельно, вынуть его из бульона, залить холодной водой и сразу снять кожицу. Остуженное мясо нарезать не слишком маленькими кусками (весом по 20—25 г), посолить, посыпать перцем и начинить ими хорошо очищенный свиной пузырь. Фаршированный пузырь завязать, положить в этот же бульон и на очень слабом огне варить 1 час. На мясной сыр в бульоне положить груз и дать остыть. Перед подачей на стол нарезать сыр ломтиками.

В мясной сыр можно класть кусочки отваренной печенки. Вместо пузыря можно употреблять салфетку.

68. ЯЗЫК ЗАЛИВНОЙ

1 кг языков (говяжьих, свиных), 1 морковь, 1 луковица , 8 горошин перца, 1 лавровый лист, соль, 1 крутое яйцо, зелень петрушки, 2 стакана желе из мясного бульона, 1 стакан соуса из сметаны с хреном, огурцы и помидоры для украшения.

Языки обмыть, сварить с кореньями и пряностями, вынуть, опустить на короткое время в холодную воду и немедленно снять с них кожицу.

Приготовить прозрачный бульон для мясного желе (692), налить нетолстым слоем в миску и дать застыть. На желе красиво положить на резанные ломтиками вареные языки, вокруг украсить крутым яйцом и кружочками моркови, зеленью петрушки и сверху осторожно залить остальным охлажденным (но не застывшим) бульоном.

Когда желе хорошо застынет, опрокинуть посуду с ним на круглое блюдо, украсить густым соусом из сметаны с хреном (686), смесью масла с хреном (703), огурцами или кружочками помидоров и вареным зеленым горошком.

69. ЗАКУСКА ИЗ РУБЛЕНОГО ОКОРОКА

200 г копченого окорока, 150 г масла, 1 луковица, 2 желтка.

Копченый окорок пропустить через мясорубку, добавить поджаренный лук и пропустить вторично. Масло растереть добела; при растирании добавлять в него рубленый окорок, по одному яичному желтку и продолжать растирать, пока масса не станет белой. Приготовленной массе придать форму полушария.

Бульон сварить по рецепту для мясного желе (692) и налить слоем толщиной 1—2 см в круглый салатник или форму. Когда он хорошо застынет, добавить подготовленный окорок и снова залить бульоном доверху. Когда бульон застынет, посуду подогреть в горячей воде и опрокинуть на мелкую тарелку. Края тарелки украсить охлажденным соусом из сметаны с хреном(686), смесью масла с хреном (683), листья салата, свежими помидорами и огурцами.

70. ЖАРЕНАЯ ТЕЛЯЧЬЯ ЗАДНЯЯ НОГА

1 телячья задняя нога, 100 г шпика, 1 морковь, 1 петрушка, соль.

Телячью заднюю ногу натереть солью и дать просолиться в течение 1 часа. Затем мясо осушить, обмазать сметаной или маслом или же нашпиговать кусочками шпика, положить на противень и жарить в горячей духовке. Когда мясо хорошо обжарится со всех сторон, налить немного горячей воды, добавить очищенную нарезанную морковь, петрушку и каждые 10—15 минут поливать соком, который образуется во время жаренья. Если вилка легко входит в мясо и в проколе появляется светлый сок, то жаркое готово. Вынуть его из духовки и охладить. С оставшегося сока снять жир, разбавить водой, еще немного поварить, процедить, вылить в отдельную посуду и дать застыть.

Перед подачей на стол жаркое нарезать аккуратными нетонкими ломтиками (без костей), сверху украсить нарезанным или выдавленным из пергаментной трубочки желе.

71. РУЛЕТ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ

1 телячья лопатка, 500 г телячьей печенки, ломтик булки, 1 луковица, 100 г шпика, зелень петрушки, перец, соль.

Телячью лопатку обмыть, осушить, вынуть кости, удалить крупные жилы, мясо обровнять, посыпать солью, перцем и дать просолиться в течение 1 часа.

Печенку, предназначенную для начинки, нарезать кусочками поджарить со шпиком и луком, добавить немного воды и тушить, потом слегка охладить и пропустить через мясорубку вместе с замоченной в молоке или воде булкой. Затем добавить молотый перец, мелко нарезанную зелень петрушки, соль, постепенно доливать бульон, чтобы разбавить массу, и хорошо перемешать. Приготовленный фарш положить на один край телятины и, начиная с этого места, свернуть мясо. Хорошо перевязать его шпагатом и жарить в духовке так же, как телячью заднюю ногу (70), или же завернуть в салфетку и отварить.

На зажаренный или вареный рулет положить груз. Дать ему остыть. Затем шпагат и салфетку удалить, рулет нарезать ломтикам и, красиво разложить их на блюде и обложить желе.

72. ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ЗАЛИВНЫЕ

300 г вареного мяса (говядины, телятины, свинины, птицы), 2—3 ст. ложки масла, 2 ст. ложки сметаны, 1 луковица, 10 горошин перца.

Вареное мясо и поджаренный с жиром лук пропустить 2 раза через мясорубку. Положить на сковороду, добавить сметану, перец и соль, подогреть.

Масло растереть добела, смешать с охлажденной рубленой мясной массой и разделать небольшие шарики (фрикадельки).

Сварить мясной бульон (692). Нетолстым слоем налить бульон в металлическую форму или салатник и дать ему застыть. Затем желе украсить вареной морковью и кружочками сваренных вкрутую яиц, вложить фрикадельки и залить вторично доверху бульоном. Когда бульон застынет, посуду подержать недолго в горячей воде и опрокинуть на мелкую тарелку.

Мясные фрикадельки можно также охладить в маринаде из кореньев и пряностей (695), но при этом в маринад следует добавить замоченный в холодной воде и распущенный желатин.

73. ЖАРКОЕ ИЗ РУБЛЕНОГО МЯСА

1 кг говядины, телятины или свинины, 3 ломтика булки, 1 яйцо, 2 луковицы, 1 ст. ложка топленого сала, маргарина или масла, 2 ст. ложки сухарей, перец и соль по вкусу, молоко.

Д л я ф а р ш а: 2 яйца, 1—2 вареные моркови, ½ ст. ложки масла, 2 ст. ложки молока или сметаны, соль по вкусу.

Говядину, телятину, свинину или же равные части разного мяса пропустить через мясорубку. Добавить размоченную в молоке булку и поджаренный с жиром лук, вторично пропустить через мясорубку. Затем добавить яйцо, молотый перец, соль, 2 ст. ложки сметаны или бульона и все перемешать.

Предназначенные для фарша яйца взбить с молоком или сметаной, добавить нарезанную вареную морковь, соль и изжарить яичницу. Мясную массуположить на доску толстым слоем. На нее положить начинку яичницу. Свернуть продолговатым валиком, заделать концы и край, положить в противень, смазанный жиром. Поверхность смазать взбитым яйцом, посыпать сухарями и проколоть в 2-3 местах, чтобы при жареньи вышел воздух. Жарить в горячей духовке 1 — 1½ часа.

Готовое жаркое охладить. Перед подачей на стол нарезать его ломтиками толщиной 1 см и красиво разложить на блюде. Украшать не нужно, так как само жаркое имеет красивый вид.

Жаркое из рубленого мяса можно жарить и без фарша. В приготовленную мясную массу можно положить нарезанный продолговатыми кусочками свежий или копченый шпик. Перед подачей на стол каждый ломтик можно украсить густым соусом из сметаны с хреном (686) или смесью хрена с маслом (703).

74. КУРИЦА ЗАЛИВНАЯ

1 курица, 1 морковь, соль, зелень петрушки, 1 лавровый лист, 8 горошин душистого перца, ½ чайной ложки желатина.

Очищенную, выпотрошенную и обмытую курицу разрезать пополам или на четыре части, положить в кипящую воду, добавить крупно нарезанную морковь, перец горошком, лавровый лист и варить, пока она не станет мягкой; к концу варки посолить.

Вынутую из бульона курицу разрезать на меньшие куски, аккуратно разложить на блюде и украсить кружочками моркови и зеленью петрушки.

Куриный бульон продолжать варить, чтобы часть его испарилась, снять жир и процедить. Добавить размоченный желатин и подогреть, чтобы желатин растворился. Затем бульон охладить и залить им положенную на блюдо курятину.

На стол подать в той же посуде, в которой курятина застыла.

75. КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ ЗАЛИВНАЯ

1 курица средней величины, 200 г телятины или свинины, 1 кусок булки без корки, 1 стакан молока, 1 яйцо, перец, соль, 2 моркови, 1 петрушка, 2 стакана приготовленного для желе бульона.

Выпотрошенную курицу обмыть, отрубить шею, отрезать крылья до первого сустава, а ножки — до колен и снять кожу, не повредив ее. Крылышки и бедрышки с косточками оставить при коже.

Предназначенную для начинки курятину снять с костей, удалить жилы, добавить немного телятины или свинины и пропустить через мясорубку. Добавить размоченную в молоке булку без корки, перемешать и еще раз пропустить через мясорубку. Затем мясную массу положить в миску, хорошо перемешать деревянной ложкой и, перемешивая, добавить яичный желток, перец, соль, разбавить молоком и под конец ввести взбитый яичный белок. Масса должна быть пышной.

Часть кожи курицы зашить, а через оставленное отверстие не слишком туго начинить ее подготовленной массой. Затем кожу полностью зашить, фаршированную курицу завернуть в салфетку или марлю, положить в кастрюлю, залить холодной водой, положить морковь, петрушку, перец и варить на слабом огне 1 — 1½ часа. К концу варки посолить. На сваренную курицу положить груз и охладить ее в том же бульоне.

Остывшую курицу вынуть из кастрюли, снять салфетку, удалить нитки, нарезать ломтиками, не нарушая вида курицы, положить спинкой вниз на блюдо и залить приготовленным куриным бульоном (692). Часть бульона охладить отдельно и полученным желе украсить сверху курицу.

76. КУРИЦА ФАРШИРОВАННАЯ ЖАРЕНАЯ

1 курица, 2 ломтика булки, молоко, 1 ст. ложка масла, желудок, сердце, печень курицы, 1 яйцо, перец, соль, зелень петрушки.

Курицу подготовить как было указано выше (75). Предназначенные для начинки желудок, сердце, крылышки и шею курицы отварить не до полной готовности.

Отваренное мясо, поджаренную на масле печенку и снятое с костей сырое мясо пропустить через мясорубку. В растертое до мягкости масло положить мясную массу, замоченную в молоке булку, яйцо и все хорошо растереть. Добавить по вкусу перец, соль и разбавить бульоном, доливая понемногу, чтобы масса получилась такой густоты, как тертый картофель.

Подготовленной массой не слишком туго начинить куриную кожу, зашить, наколоть, чтобы мог выйти воздух, и жарить в духовке 1½—2 часа. Когда поверхность красиво поджарится, влить 1 стакан бульона и каждые 10—15 минут поливать курицу образовавшимся при жареньи соком. Жареную курицу положить под груз. С остального бульона снять жир, можно немного разбавить его водой, прокипятить и охладить, чтобы образовалось желе.

Перед подачей на стол жаркое нарезать ломтиками толщиной 2 см и уложить их на блюдо так, чтобы сохранился вид целой курицы. Сверху украсить желе. Вокруг положить сливы, отваренные в подслащенной воде с добавлением кислоты, и зелень петрушки.

77. ЦЫПЛЯТА ЖАРЕНЫЕ (БЕДРЫШКИ)

3 маленьких цыпленка или 2 более крупных, 2 яйца, ½ стакана сухарей, 2 ст. ложки масла, цыплячьи печенки, желудки, сердца, 2 ломтика булки, молоко, 1 петрушка, молотый перец, соль, ½ луковицы (не обязательно), немного сметаны.

Цыплят очистить, выпотрошить, обмыть и осушить. Затем разрезать их на 4 части, вынуть кости. Косточки крылышек и бедрышек оставить. Маленьких цыплят разрезать на 2 части.

Печенку, желудки, почки и сердца цыплят сварить, разрубить и поджарить на масле. Добавить нарезанную зелень петрушки, замоченную в молоке булку, яйцо, немного сметаны, соль, перец и все хорошо растереть. Цыплят положить на доску мясом вверх, намазать приготовленной массой, свернуть в виде бедрышка, перевязать ниткой, обвалять во взбитом яйце, посыпать сухарями и с обеих сторон поджарить на масле.

Жаркое положить на сковороду или в кастрюлю, накрыть и дожарить в духовке. Готовое жаркое охладить, удалить нитки; торчащие косточки крылышек и бедрышек можно обвернусь тонкой белой вырезанной бумагой. На середину блюда положить печеные яблоки или маринованные сливы, а по бокам красиво уложить жаркое. Вместо яблок или слив можно подать в отдельной посуде сладкий (из фруктов, ягод) или зеленый салат или же бруснику.

78. ГУСЬ ИЛИ УТКА ЖАРЕНЫЕ С ЯБЛОКАМИ

1 гусь или утка, 1—1,5 кг яблок, соль, зелень петрушки для украшения.

Гуся хорошо очистить, выпотрошить и обмыть. Шею отрубить, крылья отрезать до первого сустава, а ножки — до колен. Натереть со всех сторон солью, крылышки и бедрышки связать или приготовить таким образом, чтобы жареный гусь имел красивый вид. Положить гуся на противень спинкой вниз и жарить в горячей духовке 2—3 часа. Когда поверхность со всех сторон зарумянится, влить полстакана горячей воды и каждые 10—15 минут поливать жаркое выделяющимся соком. Когда вилка свободно входит в мясо — жаркое готово.

Яблоки выбрать средней величины, кисло-сладкие, с чистой кожицей; чашечки удалить, а черенки оставить, сняв с них кожицу. Яблоки можно печь на противне вместе с гусем или отдельно, поливая их соком от жаркого. Следить, чтобы они не полопались; как только яблоки станут мягкими, их надо вынуть.

Можно также зажарить гуся, нафаршированного яблоками. Для этого яблоки, подготовленные вышеуказанным способом, положить в брюшко гуся, затем зашить его и жарить.

Зажаренного и охлажденного гуся разрезать на куски ножом или же специальными ножницами. Посередине блюда положить яблоки в один или два ряда. На них в один ряд положить куски спинной части гуся кожей вверх, чтобы образовалось соответствующее возвышение.

В том же порядке, как у целой птицы, симметрично уложить куски грудки и брюшка чтобы меньше были заметны разрезы. С обеих сторон положить крылышки и бедрышки. Вокруг уложенного гуся положить печеные яблоки. .

Сверху можно украсить половинками разрезанных яблок и зеленью петрушки.

Таким же образом следует подготовить и жарить утку.

79. ИНДЕЙКА ИЛИ КУРИЦА ЖАРЕНЫЕ СО СЛИВАМИ

1 индейка или курица, 500 г — 1 кг сушеных слив, соль, зелень петрушки или сельдерея для украшения.

Индейку или курицу подготовить, изжарить и положить на блюдо так же, как жареного гуся (78). Вместо яблок взять маринованные или сваренные сушеные сливы и обложить ими жаркое.

Для холодных закусок можно также жарить индейку или курицу, начиненные сливами (358).

80. СЫР ИЗ ПТИЦЫ

500 г вареной курицы, индейки, кролика или куропатки, 200 г масла, 100 г голландского или иного сыра, перец, соль.

Для украшения: 1 вареная морковь, 1 крутое яйцо, 2—3 стакана бульона для желе, зелень сельдерея, петрушка.

Приготовить из птицы крепкий бульон, налить слоем толщиной 2 см в зубчатую металлическую форму и дать ему хорошо застыть. На желе положить красиво вырезанные кружочки вареной моркови, петрушки и яиц.

Затем удалить кости из вареной или жареной птицы и два раза пропустить мясо через мясорубку. Положить в миску, хорошо растереть, добавить соль, молотый перец и немного разбавить бульоном. Масло растереть отдельно добела, выложить в него мясную массу, натертый на терке сыр и хорошо растереть. Из этой массы сделать полушарие, положить его в форму на желе и полностью залить охлажденным, но еще не застывшим бульоном. Когда мясной сыр охладится и желе застынет, форму на короткое время опустить в горячую воду и сразу опрокинуть на мелкую тарелку. Вокруг украсить листьями салата и розочками из масла.

81. ГУСИНАЯ ИЛИ УТИНАЯ ШЕЙКА ФАРШИРОВАННАЯ

1 шейка гуся или утки, 1 печень гуся или утки, молоко для размачивания булки, луковицы, 1 ст. ложка гусиного жира, 1 петрушка, 1 яйцо, молотый перец, соль по вкусу, ломтик булки.

Печенку, нарезанную петрушку и лук поджарить на гусином жире, охладить, порубить, положить в мисочку и хорошо растереть. Затем добавить замоченную в молоке булку, яичный желток, молотый перец, соль, перемешать и ввести взбитый яичный белок. Приготовленной массой начинить хорошо очищенную кожу с шейки гуся или утки, концы зашить. Сварить ее в бульоне из пряностей и кореньев. Положить на нее груз и дать остыть в том же бульоне. Затем нарезать ломтиками, которые можно снова залить приготовленным бульоном из птицы (692), и дать застыть.

Ломтиками гусиной шейки можно украсить салат или использовать их для приготовления бутербродов.

82. ПЕЧЕНКА С ЖАРЕНЫМ ЛУКОМ

700 г телячьей или свиной печенки, 1 стакан муки, ½ стакана подсолнечного масла, ½ стакана сметаны, молотый перец, соль, 1 луковица.

Печенку вымочить в воде, очистить от пленок, нарезать тонкими кусочками, немного отбить молотком, посыпать солью, перцем, обвалять в муке, поджарить на подсолнечном масле, положить в кастрюлю, влить немного бульона, сметаны и поставить тушить.

Очищенный лук нарезать кружочками и поджарить отдельно.

Перед подачей на стол на каждый ломтик печенки положить по ложке жареного лука.

83. КОЛБАСА ЛИВЕРНАЯ

1 кг свиной печенки, 300—400 г свежего сала (шпика), 2 яйца, 2 ломтика булки, молоко, 2 луковицы, мускатный орех, перец, соль по вкусу.

Печенку на несколько часов замочить в холодной воде или в сыворотке. Вынуть, разрезать на куски, залить холодной водой и варить 15—20 минут (до тех пор, пока при разрезе больше не появляется кровь).

Если печенке желают придать более нежный вкус, то горячую воду перед тем, как она закипит, следует 2—3 раза слить с печенки и заменить холодной водой. Отваренную печенку разрезать на более мелкие куски, поджарить со шпиком и луком, охладить и вместе с замоченной в молоке булкой 2 раза пропустить через мясорубку. Затем полученную массу хорошо растереть, доливая понемногу бульона. Добавить сырые яйца, молотый перец, мускатный орех, соль и нарезанный продолговатыми кусочками шпик. Масса не должна быть крутой. Не слишком туго начинить этой массой очищенные свиные толстые кишки, концы завязать и варить на очень слабом огне 15—20 минут в подсоленной воде. Вынутую из кастрюли колбасу охладить и положить под груз между двумя дощечками. Перед подачей на стол нарезать колбасу ломтиками, снять кожицу и положить рядками на мелкую тарелку.

При изготовлении ливерной колбасы можно добавить к ней пропущенную через мясорубку вареную свинину, говядину, телятину или птицу, причем это мясо должно составлять около трети веса печенки. В ливерную колбасу можно также положить пропущенные через мясорубку вареные язык, почки или сердце.

84. ПАШТЕТ ИЗ ПЕЧЕНИ СО ШПИКОМ

500 г телячьей или свиной печенки, 200 г свежего сала (шпика), 200 г жирной свинины, 1 ломтик булки (не обязательно), молоко, 2 луковицы, 2 яйца, 8 черных ягод можжевельника или мускатный орех, 10 горошин душистого и горького перца, соль по вкусу, 1 морковь, 1 ст. ложка масла.

Печенку, жирную свинину, морковь и лук нарезать, положить в кастрюлю и тушить до тех пор, пока они не станут мягкими. Охладить и 2 раза пропустить через мясорубку, смешать с растертым маслом, добавить замоченную в молоке булку, взбитые яйца, растертые ягоды можжевельника, перец, соль, добавить бульон и растирать до образования рыхлой массы. Затем положить часть мелко нарезанного шпика.

Дно мисочки или формы для паштета устлать тонко нарезанными кусочками шпика, посередине положить приготовленную из печенки массу, поверхность выровнять, обложить шпиком и жарить около ½ часа в духовке. Готовый паштет охладить. Перед подачей на стол мисочку или форму немного подогреть в горячей воде и опрокинуть на мелкую тарелку.

Паштет можно запекать и в не выложенной шпиком посуде. В этом случае готовый остывший и опрокинутый в тарелку паштет украсить с помощью кондитерского шприца или трубочки из пергаментной бумаги растертым добела свежим топленым салом или закусочным маслом — зеленым (700), с томатом (701), шпротовым (697) и др.

85. СТУДЕНЬ

2 свиные ножки, 1 свиное ухо, 1 свиное рыльце, 2—3 моркови, 1 петрушка, 2 луковицы, 2 лавровых листа, 18 горошин горького и душистого перца, соль по вкусу.

Свиное рыльце, ухо, ножки хорошо очистить, промыть, залить холодной водой (на 1 кг свиных конечностей взять 1,5—2 литра воды) и варить на слабом огне 4—5 часов, часто снимая пенку. Хорошо сваренное мясо вынуть из бульона и отделить от костей. Вынутые кости положить обратно в бульон, добавить морковь, петрушку, лук, лавровый лист, перец, соль и варить еще около часа. Затем бульон процедить, снять жир, дать осадкам отстояться и слить бульон.

Снятое с костей мясо и сваренные в бульоне овощи мелко нарезать или пропустить через мясорубку. Часть моркови нарезать кружочками. Затем все положить в процеженный бульон, дать закипеть, потом разлить в формы или мисочки и охладить.

Если студень желают украсить, то перед разливанием на дно мисочек или форм надо налить слой бульона толщиной 1-2 см и дать ему застыть. Затем положить на него кружочки крутых яиц и моркови, залить бульоном и охладить. Сверху залить холодным бульоном с мясом. Когда бульон хорошо застынет, посуду опустить на несколько секунд в горячую воду и студень опрокинуть на мелкую тарелку; по краям украсить зеленью петрушки или салатом.

Студень можно также приготовить из говяжьих, телячьих или бараньих ножек, губ, ушей. Телячьи ножки надо ошпарить, очистить от шерсти, опалить, промыть и на несколько часов замочить в холодной воде, затем разрубить и варить.

Студень можно приготовить также из потрохов птицы или из отходов рыбы.

ГОРЯЧИЕ ЗАКУСКИ

Кроме холодных, можно приготовить и горячие закуски. К ним относятся разные запеканки, фаршированные овощи, пельмени, жареная печенка, мозги, котлеты, сосиски, яичница и т. д. Их значительно меньше, чем холодных закусок. Большинство этих кушаний подается не только в качестве закусок, но и как вторые горячие блюда. Способ их приготовления указан в соответствующих разделах книги о вторых блюдах.

В этом разделе указывается только несколько блюд, которые относятся к горячим закускам.

86. ФОРШМАК

300 г вареной или жареной говядины, телятины, кролика, баранины или птицы, 1 сельдь, 1 луковица, 2 яйца, 2—3 вареные картофелины, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки масла, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка натертого сыра, молотый перец, соль (если надо).

Селедку немного вымочить, выпотрошить, очистить от кожицы и удалить кости.

Вареное мясо, вареный картофель, поджаренный на масле лук, селедку пропустить через мясорубку, добавить муку, яичные желтки, растопленное масло, сметану, соль, перец и все хорошо перемешать. Затем ввести взбитые яичные белки. Приготовленную массу выложить в смазанную маслом посуду, сверху посыпать натертым сыром, обложить маленькими кусочками масла и запекать в духовке 30—40 минут. Когда края жаркого отделятся от стенок посуды, форшмак готов. На стол подать горячим в той же посуде, в которой он запекался.

Если форшмак запекали на сковороде, его следует осторожно переложить на круглое блюдо.

Отдельно подать горячий томатный (684) или сметанный (685) соус.

87. ФОРШМАК В БУЛКЕ

500 г булки, 150 г вареного или жареного мяса, ½ селедки, ½ луковицы, 1 вареная картофелина, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка натертого сыра, 1 ст. ложка масла, 2 ст. ложки сметаны, ½ стакана молока, ½ чайной ложки сахара, перец.

Массу подготовить так же, как указано выше (86).

Взять черствый батон весом 500 г, верхнюю часть корки отрезать, вынуть мякоть, полить внутри батона подслащенным молоком или сметаной, чтобы он стал более мягким. Затем начинить булку пропущенной через мясорубку массой, посыпать тертым сыром, обложить кусочками сливочного масла и запечь в духовке. При подаче на стол горячий форшмак необходимо нарезать нетонкими ломтиками и положить их на мелкую тарелку. Отдельно подать горячий томатный соус (684).

88. МОЗГИ В МИСОЧКАХ

700 г мозгов, ½ луковицы, ½ стакана муки, мускатный орех, соль, 2 ст. ложки масла, зелень петрушки, перец.

Д л я т е с т а: 2 стакана муки, 1½ стакана воды, 2 яйца, соль, немного сахара, топленое сало для варки теста.

Муку разбавить водой, добавить яйца, немного соли, сахара и выбить тесто. Сало растопить и хорошо разогреть. Взять разливательную ложку из нержавеющей стали (не алюминиевую), разогреть в сале, внешнюю сторону ложки обмакнуть в тесто, опустить в горячее сало и варить. Сваренную «мисочку» снять с ложки. Таким образом сварить все тесто.

Мозги замочить на два часа в холодной воде и, не вынимая из воды, удалить пленки. Затем разобрать их на части, посыпать солью, перцем, мускатным орехом, обвалять в муке или сухарях и поджарить на масле.

В каждую сваренную «мисочку» положить жареные мозги, посыпать мелко нарезанным и поджаренным на масле луком и поставить в духовку, чтобы они хорошо разогрелись. Перед подачей на стол посыпать зеленью петрушки.

89. ПОДЖАРЕННЫЙ ХЛЕБ С ЛУКОМ

500 г черного хлеба, 3 луковицы, 1 ст. ложка топленого сала или сливочного масла, соль.

Хлеб нарезать ломтиками, поджарить с обеих сторон на масле, положить на них нарезанный кружочками поджаренный лук и посыпать солью. Подается в качестве горячей закуски к пиву.

90. ГРИБНЫЕ ПАШТЕТЫ

500 г булки, 2 стакана рубленых вареных грибов, 1 ст. ложка масла, ½ стакана сметаны, ½ луковицы, ½ ст. ложки муки, 2 ст. ложки натертого сыра, перец, соль.

Отваренные сушеные грибы порубить, поджарить на масле с мелко нарезанным луком, добавить муку, сметану и несколько минут тушить. Затем добавить один яичный желток (не обязательно), соль, перец и перемешать. Булку (срезать корку) разрезать на ломтики и поджарить с обеих сторон на масле. Затем на каждый ломтик намазать приготовленную грибную массу, посыпать тертым сыром, положить по два кусочка масла и печь в духовке, пока не зарумянится. Вынуть и в горячем виде подать как закуску.

Вместо грибной массы можно взять массу из печенки.

91. КОЛБАСА С ПОМИДОРАМИ

300 г полукопченой или вареной колбасы, 3 помидора, 2 ст. ложки масла, 1 ст. ложка натертого сыра, 2 ст. ложки сметаны, соль, перец.

Колбасу очистить от оболочки, нарезать кружочками и жарить на масле, пока они не зарумянятся. Отдельно поджарить на масле половинки помидоров, посыпать их сыром или молотым перцем с солью. В подогретую мелкую тарелку положить с одной стороны поджаренную колбасу, с другой — половинки помидоров, политые растопленным маслом со сметаной.

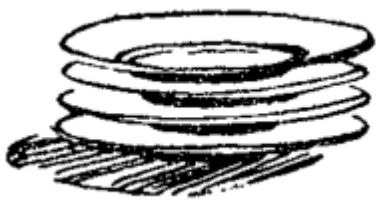
92. ЗАПЕКАНКА ИЗ СЕЛЬДИ

2 сельди, 500 г картофеля, 1 яйцо, 2 ст. ложки сметаны, 8 горошин горького и душистого перца, 1 луковица, сухари.

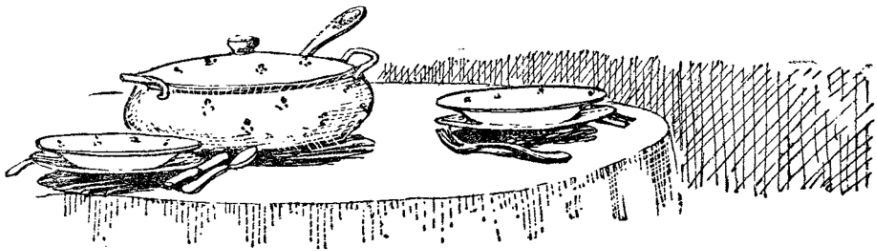
Селедку вымочить, очистить, снять кожицу, удалить кости и порубить.

Картофель зажарить или сварить и пропустить через мясорубку, добавить поджаренный лук, перец, яйцо, сметану, рубленую селедку и все перемешать. Массу выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями посуду, сверху смазать яйцом, полить маслом и запечь в духовке.

Отдельно подать горячий соус из сметаны с хреном (686) или томатный соус (684).



СУПЫ



Значение супов в питании очень велико, так как их запах стимулирует образование пищеварительных соков, а жидкость позволяет регулировать количество воды в организме. Кроме того, в супах содержится много растворенных белков, жиров, углеводов и экстрактивных веществ, которые легко перевариваются и хорошо усваиваются организмом.

Каждый суп состоит из жидкости и добавлений. Жидкость супов — это различные бульоны (мясной, мясо-костный, костный, рыбный, грибной), различные отвары (из крупы, овощей, грибов), молоко, хлебный квас и др. Добавлениями могут: служить овощи, макароны, крупа, мясо, рыба, грибы и другие продукты.

Чтобы сделать мясные супы более вкусными, в них кладут ароматические пряности: на 5—6 порций — 2 лавровых листа, 5 горошин горького и 10 горошин душистого перца. Пряности и соль кладутся к концу варки супов.

При варке овощных супов следует стараться сохранить в них витамин С. Поэтому овощи кладут в кипящую воду или бульон и варят до тех пор, пока они не станут мягкими. Продолжительная варка разрушает витамин С.

Для мясного супа на 1 порцию берется 100—150 г мяса с костями, 50 г кореньев (моркови, лука, порея, сельдерея, петрушки) и около 3 стаканов воды.

На одну порцию готовят 300—400 г супа, то есть одну тарелку. В книге даются рецепты супов, рассчитанные на 5—6 человек.

Супы подразделяются на следующие основные группы: заправленные сметаной, прозрачные (с добавлениями отдельно и в самом супе), супы-пюре, молочные и холодные супы, которые бывают овощными или сладкими из фруктов и ягод.

БУЛЬОНЫ
93. БУЛЬОН БЕЛЫЙ ИЗ МЯСА И КОСТЕЙ

500 г мяса с костями, 1 луковица, 1 морковь, кусочек порея, сельдерея, ½ петрушки, 1 лавровый лист, 10—15 горошин перца, 3—3 ½ литра воды, соль.

Белый бульон из мяса и костей является основой для многих заправочных мясных супов. Для приготовления этого бульона пригодны мясо и кости различных животных: говядина, свинина, телятина, баранина и др.

Перед варкой мясо и кости следует обмыть холодной водой. Затем кости разрубить на небольшие части, положить вместе с мясом в кастрюлю, залить холодной водой, накрыть кастрюлю крышкой и варить на сильном огне. Когда вода закипит, кастрюлю надо открыть, снять пену, посолить и, не накрывая кастрюлю, варить на слабом огне 2—4 часа. Появившиеся на поверхности жиры необходимо несколько раз снять. Часть жиров следует оставить в бульоне, чтобы сохранить содержащиеся в них ароматические вещества овощей, придающие бульону приятный вкус. Снятые жиры можно использовать для поджаривания овощей.

Когда мясо в бульоне сварится и станет мягким (если воткнутая вилка свободно входит в мясо, то оно готово), его следует вынута положить в бульон поджаренные на жире коренья, пряности, затем продолжать варить бульон.

Готовому бульону нужно дать отстояться, затем процедить его сквозь сито.

94. БУЛЬОН КОНЦЕНТРИРОВАННЫЙ

Чтобы сварить концентрированный бульон, на 1 кг костей или мяса и костей берут 1 литр воды. Варят его таким же образом, как бульон из мяса и костей. При приготовлении супов из концентрированного бульона его разбавляют водой, обыкновенным бульоном или овощным отваром.

Мясной бульон приготовляется довольно редко. Его варят таким же образом, как бульон из мяса и костей (93).

95. БУЛЬОН ИЗ КОСТЕЙ

1 кг костей, 1 морковь, 1 луковица, 1 кусочек порея, сельдерея, ½ петрушки, 1 лавровый лист, 10 горошин перца, 2 ½—3 литра воды, соль.

Бульон из костей приготовляют так же, как бульон из мяса и костей (93), только кладут больше костей и дольше варят — 5—6 часов. Жир с поверхности снимают. Готовый бульон следует процедить.

96. БУЛЬОН ИЗ ПТИЦЫ

600 г птицы, 1/4 петрушки, ½ луковицы, 1 морковь, 1/4 сельдерея, 10 горошин душистого перца, 3 ½ литра воды, соль.

Бульон из птицы можно приготовить из мяса и костей различных птиц. Мясо и кости разрезать на небольшие куски, залить холодной водой и варить. Когда вода закипит, снять пену, положить очищенные, нарезанные и поджаренные коренья, пряности, соль и варить на слабом огне в открытой кастрюле. Когда мясо сварится, его следует вынуть, а бульон процедить. Из такого бульона можно приготовить заправленные сметаной супы, супы-пюре и другие.

97. РЫБНЫЙ БУЛЬОН

1 кг рыбы, 35 г икры, 10 горошин перца, 2 лавровых листа, ½ петрушки, ½ луковицы, 1/4 порея, 1/4 сельдерея, 3 ½ литр а воды, соль.

Для варки рыбных бульонов используется различная мелкая рыба, рыбьи кости, головы и другие отходы. Рыбу и отходы хорошо промыть, залить холодной водой, накрыть кастрюлю крышкой и варить на слабом огне. Когда вода закипит, снять пену, положить очищенные и промытые коренья и пряности и продолжать варить на слабом огне 1 час. Затем рыбьи головы вынуть, снять с них мясо и положить его обратно в бульон, посолить и варить 2 часа. Готовом у бульону дать отстояться, затем процедить сквозь сито.

98. БУЛЬОН ОВОЩНОЙ

Его приготовляют таким же образом, как бульон из мяса и костей (93), но в место мяса берут в два раза больше поджаренных кореньев — по 100 г на одну порцию. Половину всех кореньев должна составлять морковь. Перца берут 10 горошин, лаврового листа — 1 штуку на порцию. Бульон варят 1½—2 часа. Готовый бульон надо процедить. Овощной бульон можно употреблять как основу для других супов. Для приготовления некоторых супов (заправочных, супов-пюре) коренья можно протереть сквозь сито и положить обратно в бульон. В других случаях вареные овощи можно использовать для винегретов или салатов.

СУПЫ, ЗАПРАВЛЕННЫЕ СМЕТАНОЙ

Эти супы приготовляются на бульонах из мяса и костей, из костей, из рыбы, грибов и овощей. Для супов на мясных или грибных бульонах. заправляемых сметаной, лучше всего подходят добавления из овощей крупы, различных макаронных изделий, а для супов на рыбном бульоне — добавления из овощей и крупы.

Овощи для заправляемых сметаной супов следует очистить, промыть, затем нарезать, подбирая для каждого супа соответствующую форму овощей.

Картофель для заправочных супов обычно нарезают кубиками или продолговатыми кусочками. Картофель другой формы слишком быстро разваривается.

Морковь разрезают на кружочки или на небольшие дольки. Для некоторых супов морковь можно натереть на крупной овощной терке.

Свеклу следует нарезать маленькими продолговатым полосками (соломкой) или квадратиками или же натереть ее на крупной овощной терке.

Свежую капусту нарезают небольшими квадратиками.

Лук, петрушку, сельдерей можно нарезать соломкой или небольшими кусочками.

Для каждого супа в отдельности указывается, как надо подготовить и нарезать овощи.

Некоторые овощи, как, например, картофель, капусту, цветную капусту, стручковые овощи, кладут в заправочные супы в сыром виде, а все коренья, как морковь, лук, петрушка, сельдерей, порей, кладутся поджаренными.

При подаче на стол заправочных супов в тарелку следует положить нарезанное кусочками вареное мясо или рыбу (если суп варился на рыбном бульоне), мелко нарезанную зелень петрушки или зеленого лука, укроп.

ПОДГОТОВКА КОРЕНЬЕВ ДЛЯ ЗАПРАВОЧНЫХ СУПОВ

Все коренья нарезать небольшими продолговатыми кусочками. На сковороду положить снятый с бульона жир, разогреть его, положить овощи слоем не толще 5 см и жарить 15—20 минут. К концу жаренья в овощи можно добавить томатное пюре и поджарить все вместе еще 5 минут.

В поджаренных овощах сохраняются все ароматные вещества и, кроме того, овощи не теряют своего цвета.

Перец и лавровый лист кладутся к концу варки супов, то есть за 15 минут до окончания варки.

В овощные супы, заправляемые сметаной, часто кладут соус из поджаренной с жиром муки или белый соус. В те супы, в которых имеются макароны, крупа, картофель, поджаренную муку не кладут.

99. БОРЩ

600 г говядины с костями, 1 свекла, 1/4 кочана капусты, 1½ моркови, ½ петрушки, 1/4 порея, 1/4 сельдерея, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 луковица, 1 ст. ложка сахара, 3 помидора или 2 ст. ложки томатного пюре, 1 ст. ложка уксуса, 2 чайные ложки муки, 1 ст. ложка масла, 3 ст. ложки сметаны, зелень петрушки, 3—3 ½ литра воды, соль.

Из мяса и кореньев сварить бульон (93). Свеклу, морковь, капусту очистить и нарезать квадратиками. В отдельную посуду положить нарезанную свеклу, влить немного бульона, добавить уксус, жир, томатное пюре, посуду накрыть и, помешивая, тушить. Затем положить поджаренную нарезанную морковь, петрушку и еще тушить, пока все овощи не станут мягкими. Кончив тушить, добавить сахар.

В процеженный кипящий бульон положить нарезанную (нашинкованную) свежую капусту, перец, лавровый лист и кипятить 10 минут.

Затем вложить тушеную свеклу и варить еще некоторое время. Муку поджарить на масле, разбавить бульоном и влить в суп.

Если в этот суп кладут квашеную капусту, то ее следует тушить в отдельной посуде и положить в суп вместе со свеклой.

В этот суп можно класть картофель. Его кладут после того, как свежая капуста поварится 5 минут. Если вместо томатного пюре употребляются помидоры, то их кладут нарезанными кусочками перед окончанием варки вместе с перцем и лавровым листом.

При подаче супа на стол положить в тарелку нарезанное кусочками вареное мясо, сметану и нарезанную зелень петрушки.

100. СУП ИЗ СВЕКЛЫ С ГРИБАМИ

600 г свинины или говядины с костями, 3 свеклы, 8 сушеных грибов, 1 морковь, 1/4 сельдерея, 1/4 порея, 1 луковица, 1 лавровый лист, 10 горошин перца, ½ стакана сметаны, 3 ½ литра воды, соль, уксус, 1 ст. ложка муки.

В холодную воду положить мясо, хорошо промытые сушеные грибы и сварить бульон (93). Перед окончанием варки положить поджаренные коренья и пряности. Готовый бульон процедить, вынутые грибы нарезать продолговатыми кусочками, а коренья протереть сквозь сито и положить все обратно в бульон.

Свеклу сварить отдельно, очистить, натереть на крупной терке, положить в бульон, подогреть, чтобы суп стал красного цвета. Затем добавить по вкусу лимонную кислоту или уксус. Столовую ложку муки поджарить на масле, разбавить бульоном и влить в суп.

При подаче на стол заправить сметаной.

Этот суп из свеклы подается с вареным или жареным картофелем.

101. БОРЩ ЛИТОВСКИЙ

500 г свинины, 2 квашеных свеклы, коренья и пряности, ½ стакана сметаны, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка муки, 3 ½ литра воды, соль.

Для приготовления литовского борща берется копченая или свежая свинина и квашеная красная свекла.

Из мяса, поджаренных кореньев и пряностей сварить бульон (93) и процедить. Квашеную свеклу нарезать небольшими продолговатыми кусочками или натереть на крупной терке, залить бульоном и тушить отдельно, а затем положить в процеженный бульон. Муку поджарить на масле, разбавить бульоном и влить в суп. Перед подачей на стол заправить сметаной.

К борщу подается жареный картофель.

102. БОРЩ С СОСИСКАМИ

200 г говядины, 100 г ветчины, 80 г свиных сосисок, 100 г ветчинных костей, 400 г говяжьих костей, ½ кочана свежей капусты, 2 свеклы, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 2 моркови, ½ петрушки, 1 луковица, немного порея, сельдерея, 1 помидор или 1 ст. ложка томатного пюре, 2 чайные ложки муки, 1 ст. ложка масла, ½ стакана сметаны, сахар, уксус, зелень петрушки, 3 ½ литра воды, соль.

Из всех видов мяса и костей, пряностей и кореньев сварить бульон (93) и процедить. Овощи очистить, нарезать. Свеклу залить бульоном, добавить томатное пюре или нарезанный помидор, уксус и тушить в отдельной посуде. Когда свекла стушится, положить поджаренную морковь, петрушку, лук и еще тушить, пока все овощи не станут мягкими.

В процеженный бульон положить нарезанную квадратиками капусту, немного поварить, затем положить тушеные овощи, поджаренную на масле муку, сахар и еще раз вскипятить.

При подаче на стол в тарелку положить нарезанное кусочками мясо, ветчину, нарезанные кружочками свиные сосиски, залить горячим борщом, добавить сметану и нарезанную зелень петрушки. Сметану можно подать в отдельной посуде.

103. БОРЩ С ОКОРОКОМ ИЛИ БАРАНИНОЙ

600 г говядины с костями, 200 г копченого окорока или вместо говядины и окорока взять только баранину, 2 свеклы, 2 моркови, 1 петрушка, 1/4 порея, 1/4 сельдерея, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 стакан фасоли, 1/4 кочана капусты, уксус, 3 помидора, 5 картофелин, 2/3 стакана сметаны, 3 ½ литра воды, соль.

Из мяса, костей, кореньев и пряностей сварить бульон (93). Свеклу сварить отдельно, очистить и нарезать маленькими продолговатыми кусочками. Фасоль сварить в подсоленной воде. Картофель нарезать кубиками, морковь — дольками и также сварить в подсоленной воде.

В процеженный бульон положить нарезанную квадратиками капусту, немного поварить, затем добавить все вареные овощи, слив с них воду, а также стушенные в отдельной посуде и протертые сквозь сито помидоры.

Потом добавить лимонную кислоту или уксус и заправить сметаной. При подаче на стол добавить нарезанное кусочками вареное мясо.

104. ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ

500 г мяса с костями (пополам говядины и копченой свинины), 1 небольшой кочан капусты, 1 морковь и другие коренья, 2 ст. ложки томатного пюре, 10 горошин душистого и горького перца, 1 лавровый лист, ½ ст. ложки муки, ½ стакана сметаны, 3 ½ литра воды, соль.

Сварить бульон (93) и процедить его. Капусту нашинковать, растереть с солью, положить в бульон и варить в открытой кастрюле. В кипящий суп положить поджаренные морковь, лук и петрушку. Когда овощи станут мягкими, положить поджаренные с жиром муку и помидоры и варить еще 5—10 минут. При подаче на стол положить в тарелки по ложке сметаны.

К щам подается вареный или жареный картофель.

105. ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

500 г говядины с костями или копченой свинины, 30 г сушеных боровиков, ½ литра квашеной капусты, различные коренья, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка топленого сала, 1 ст. ложка томатного пюре, 3 ½ литра воды, соль, 1 луковица.

Из мяса с костями, кореньев и грибов сварить бульон (93). Квашеную капусту (если она очень кислая, то ее следует промыть) тушить в отдельной посуде с салом и одним стаканом воды.

Когда капуста кончит тушиться, добавить поджаренную луковицу, поджаренную муку, томатное пюре, хорошо перемешать, еще немного потушить и положить в процеженный бульон.

Этот суп можно заправить сметаной.

К щам из квашеной капусты подается вареный или жареный картофель.

106. РАССОЛЬНИК С ПОЧКАМИ

500 г телятины или говядины с костями, 400 г почек, 1 морковь, 2 петрушки, 2 соленых огурца, 2 небольших сельдерея, 1 небольшой порей, 1 луковица, 120—150 г ячневой крупы или риса, 5—6 картофелин, 1 ст. ложка жира, ½ стакана сметаны, 3 ½ литра воды, соль.

С почек снять пленку, разрезать их вдоль на 2 части, залить водой и оставить на 2 часа. Затем почки промыть, залить холодной водой и вскипятить. Воду слить, снова залить почки холодной водой и варить 1½ часа.

Из мяса сварить бульон (93) и процедить. Очищенную петрушку, сельдерей, порей, лук, морковь нарезать дольками, поджарить на сале, положить в процеженный бульон. Одновременно положить нарезанный кубиками картофель, крупу и варить.

Огурцы очистить от кожицы, удалить семена, нарезать кусочками, залить бульоном, немного поварить и влить в готовый суп. При желании приготовить более кислый суп можно влить огуречный рассол.

При подаче на стол положить нарезанные тонкими квадратиками почки и заправить сметаной.

Рассольник можно варить и на курином бульоне.

107. СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ

500 г мяса, ½ кочана свежей капусты, 8 картофелин, 2 моркови, 1 петрушка, 10 горошин перца, 2 лавровых листа, 1 луковица, 4 помидора, 1 ст. ложка масла или топленого сала, 1 порей, 1 сельдерей, ½ стакана сметаны, 3/2 литра воды, соль.

Из мяса сварить бульон (93) и процедить его. Капусту нарезать квадратиками, а другие овощи — кружочками. Морковь, петрушку, порей, сельдерей и лук поджарить на сале. В кастрюлю положить поджаренные овощи и капусту, залить процеженным бульоном, вскипятить. Картофель нарезать кусочками, положить в суп и варить 30 минут. К концу варки добавить нарезанные дольками помидоры, перец, лавровый лист, соль и варить еще 10 минут. Затем суп заправить сметаной или свиными шкварками.

108. РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ

500 г говядины с костями, 1/4 кочана свежей капусты, 10 картофелин, 1 морковь, 2 петрушки, ½ порея, ½ сельдерея, 1 луковица, 2 соленых огурца, 1 ст. ложка масла, ½ стакана сметаны, зелень петрушки, 3 — 3 ½ литра воды, 2 лавровых листа, соль, перец.

Из мяса и костей сварить бульон (93). Соленью огурцы очистить от кожицы, удалить семена, нарезать нетолстыми квадратиками. Остальные очищенные овощи нарезать квадратиками и кружочками.

В кипящий посоленный бульон положить капусту и в открытой кастрюле варить 15 минут, затем положить нарезанный кубиками картофель и поджаренные коренья; варить, пока они не станут мягкими.

К концу варки положить огурцы, перец, лавровый лист и, если мало кислоты, добавить огуречный рассол.

При подаче на стол суп заправить сметаной и добавить нарезанную зелень петрушки.

109. СУП ИЗ ТЕЛЯТИНЫ СО СКРИЛЯЙ

600 г телятины, 10 горошин перца, 2 лавровых листа, 1 морковь, ½ петрушки, соль, ½ стакана сметаны, 1 ст. ложка масла, зелень петрушки, 3 литра воды.

Для скрилей: 1 яйцо, 1½ стакана муки, немного молока и соли.

Из телятины и приправ сварить бульон (93). Из предназначенной для скриляй муки, яйца и воды замесить тесто, тонко раскатать на доске и колесиком разрезать на полоски шириной 1 см и длиной 3 см.

Скриляй положить в кипящий суп и варить в закрытой кастрюле. Масло растопить, влить в суп и заправить сметаной. При подаче на стол суп посыпать зеленью петрушки.

110. СУП ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ С ГРИБАМИ

500 г говядины с костями, 2/3 стакана перловой крупы, 30 г сушеных грибов, 200 г кореньев, 10 горошин душистого и горького перца, 1 лавровый лист, 1 стакан сметаны, 3 литра воды, соль.

Из мяса, кореньев, пряностей и грибов сварить бульон (93). Затем процедить, вынутые грибы нарезать небольшими продолговатыми кусочками и снова положить в бульон.

Крупу сварить в отдельной посуде. Прежде всего ее следует промыть, залить холодной водой и, поставив кастрюлю в другую посуду с кипящей водой, варить до размягчения. Затем жидкость слить.

Сваренную крупу положить в прозрачный бульон, подогреть и заправить сметаной.

111. СУП ИЗ ПЕРЛОВОЙ КРУПЫ С КАРТОФЕЛЕМ

Этот суп варить таким же образом, как перловый суп с грибами(110), но вместо грибов в процеженный бульон положить нарезанный кубиками картофель и варить, пока он не станет мягким. Тогда положить сваренную крупу, подогреть и заправить сметаной.

112. СУП С МАКАРОНАМИ

500 г говядины с костями, 200 г кореньев, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 стакан макарон, 1 ст. ложка масла, 3 ½ литра воды, соль.

Из мяса сварить бульон (93) и процедить его. Коренья очистить, нарезать дольками, поджарить на масле и положить в бульон. Когда бульон закипит, положить макароны, перец, лавровый лист, соль и варить 15—20 минут. При подаче на стол добавить нарезанную зелень петрушки.

Этот суп можно заправить сметаной или подать незаправленным.

113. СУП ИЗ ПОМИДОРОВ С РИСОМ

500 г говядины с костями, 150 г кореньев, 4—5 помидоров, 4 ст. ложки риса, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 4 ст. ложки сметаны, 3 ½ литра воды, соль, немного масла.

Сварить бульон (93) и процедить его. Помидоры тушить с поджаренными кореньями и протереть сквозь сито. Рис промыть, положить в кастрюльку, залить бульоном, добавить немного масла и, поставив кастрюльку в другую посуду с кипящей водой, варить, пока он не станет мягким. В процеженный бульон положить сваренный рис, протертые с кореньями помидоры или томатное пюре и подогреть.

При подаче на стол заправить сметаной.

114. СУП РИСОВЫЙ С ЛИМОНОМ

400 г говядины с костями, 1 морковь, 1 петрушка, 3/4 стакана риса, ½ стакана сметаны, 1 лимон, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 3 ½ литра воды, соль.

Из мяса, кореньев и пряностей сварить бульон (93) и процедить его. Затем положить в бульон промытый рис и варить, пока он не станет мягким. При желании получить прозрачный суп, рис можно сварить отдельно и положить его в процеженный бульон. За 15 минут до окончания варки положить нарезанный ломтиками лимон.

При подаче на стол заправить сметаной или сметану подать в отдельной посуде.

115. СУП РЫБНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ И КАРТОФЕЛЕМ

700 г рыбы, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка муки, 200 г кореньев, 1 ст. ложка масла, 150 г сметаны, 3 литра воды, соль, 4 картофелины.

Из очищенной рыбы и отходов, кореньев и пряностей сварить бульон (97) и процедить его.

Затем положить в бульон поджаренную на масле муку и снова вскипятить. Наконец опустить приготовленные фрикадельки, немного поварить и добавить вареный нарезанный картофель, нарезанную зелень петрушки и заправить сметаной.

Для фрикаделек: 300 г рыбьего мяса без костей, ½ ломтика булки, перец, ½ яйца, 1 ст. ложка сметаны, 1 луковица, ½ ст. ложки масла.

Рыбное филе пропустить через мясорубку, добавить размоченную и отжатую булку, поджаренный лук, молотый перец, соль, сметану, масло, яйцо и перемешать. Из этой массы сделать небольшие круглые фрикадельки, обвалять их в муке и сварить в том же бульоне.

Картофель очистить, промыть, круглым ножиком нарезать маленькими шариками или кубиками и сварить их в подсоленной воде. Откинуть на дуршлаг, дать стечь воде и положить в бульон.

116. СУП ОВОЩНОЙ

600 г говядины с костями, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 8 картофелин, 1/4 кочана капусты или по ½ кочана обыкновенной и цветной капусты, 1½ моркови, 1 петрушка, 1/4 порея, 1/4 сельдерея, 1 луковица, ½ стакана консервированного или свежего зеленого горошка, 3 свежих помидора, 1 ст. ложка масла, 3 литра воды, соль.

Из говядины с костями сварить бульон (93) и процедить его. Коренья нарезать и поджарить на сливочном масле или другом жире.

Капусту нарезать квадратиками, а цветную капусту разделить на кочешки. Картофель нарезать кубиками.

В кипящий бульон положить капусту и немного поварить. Затем добавить поджаренные коренья, картофель, перец, лавровый лист, соль и варить, пока овощи не станут мягкими. Затем положить нарезанные продолговатыми кусочками помидоры, отваренную отдельно цветную капусту и немного поварить.

В этот суп можно добавить вареные свежие грибы.

При подаче на стол добавить нарезанную зелень петрушки. Овощной суп можно заправить сметаной или подать незаправленным.

117. СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ

500 г говядины или другого мяса с костями, ½ петрушки, 1/4 порея, 1/4 сельдерея, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 12 картофелин, 1½ моркови, 1 луковица, 3 литра воды, соль, 1 ст. ложка томатного пюре.

Сварить бульон (93) и процедить его. Картофель очистить, нарезать кубикам и и положить в процеженный посоленный бульон. Когда бульон закипит, положить поджаренную морковь, петрушку, лук и варить 20 минут. Добавить ложку томатного пюре, перец, лавровый лист и варить еще 5 минут.

При подаче на стол добавить нарезанную зелень петрушки.

Этот суп можно варить на бульоне из птицы, а также со свежими или сушеными грибами. Его можно заправить сметаной или подать незаправленным.

118. СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ

500 г мяса с костями, 10 картофелин, 1½ моркови, ½ петрушки, 1 луковица, 1/4 порея, 1/4 сельдерея, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, ½ стакана риса, пшена, овсяной, ячневой, перловой или манной крупы, ½ ст. ложки жира, ½ стакана сметаны, 3 литра воды, соль.

Сварить бульон (93) и процедить его. Для этого супа можно брать различную крупу.

Немного поварить, затем воду слить и положить крупу в кипящий процеженный бульон. Такую крупу, как рис или пшено, можно положить прямо в бульон и варить. Нарезать коренья, поджарить их и положить в суп. Когда овощи немного поварятся, положить нарезанный кусочками картофель и варить, пока все овощи не станут мягкими. Вместе с овощами положить перец, лавровый лист и соль.

Если этот суп варят с манной крупой, то прежде следует положить поджаренные коренья и картофель, а когда они немного поварятся, всыпать манную крупу.

В готовый суп добавить нарезанную зелень петрушки.

Бульон для этого супа можно варить из разного мяса: говядины, свинины, баранины, птицы или же приготовить его с грибами. При подаче на стол суп заправить сметаной или подать незаправленным.

119. СУП ОВОЩНОЙ С МАКАРОНАМИ

8 картофелин, 1½ моркови, ½ петрушки, 1 луковица, 10 горошин душистого перца, 1 лавровый лист, 2/3 стакана макарон, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка томатного пюре, 3 литра воды, соль.

Сварить мясной бульон (93) и процедить его. Для этого супа пригодны различные виды макарон. Положить их в кипящий бульон и варить 20 минут на слабом огне. Затем положить в суп поджаренные на жире морковь, петрушку, лук и томатное пюре. Картофель нарезать кубиками и положить вместе с другими овощами, перцем, лавровым листом, солью; варить, пока все овощи не станут мягкими.

Если макароны мелкие, то прежде следует положить овощи и только к концу варки класть макароны.

Овощной суп с макаронами можно варить не только на мясном, но и на грибном бульоне (100); в этом случае в суп кладут нарезанные маленькими продолговатыми кусочками сваренные сушеные грибы.

Этот суп подают заправленным сметаной или незаправленным.

120. СУП ЩАВЕЛЕВЫЙ

600 г говядины с костями или свинины, 3 яйца, 1 литр щавеля, 1 морковь, 1 луковица, 1/4 порея, 1/4 сельдерея, 1 петрушка, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка жира, 3 ст. ложки сметаны, 3 литра воды, соль.

Сварить бульон (93) и процедить его. Щавель перебрать, удалить стебли, промыть, нарезать листья поперек и положить в кипящий бульон. Когда щавель некоторое время поварится, добавить в суп поджаренную на жире муку.

Сваренные вкрутую яйца очистить, разрезать на 4 дольки, положить в каждую тарелку по ½ яйца, залить щавелевым супом и заправить сметаной.

К щавелевому супу подается вареный картофель.

121. СУП ИЗ КРАПИВЫ

500 г говядины с костями, 300 г молодой крапивы, 200 г щавеля, ½ моркови, ½ петрушки, 1 луковица, немного порея и сельдерея, ½ ст. ложки муки, 1 ст. ложка жира, 2-3 яйца, 3 ст. ложки сметаны, 3 литра воды, соль.

Сварить бульон (93). Отдельно в кипящую воду положить промытую крапиву и варить ее 5 минут. Сваренную крапиву откинуть на сито и дать стечь воде. Затем пропустить крапиву вместе с промытым щавелем через мясорубку. Нарезанную морковь, петрушку и лук поджарить на жире.

Крапивную массу и поджаренные овощи положить в кипящий бульон и варить 15 минут.

Муку поджарить на топленом сале, разбавить бульоном, добавить в суп и варить 5 минут.

При подаче на стол положить в каждую тарелку по половинке крутого яйца, разрезанного на 4 дольки, налить суп, заправить сметаной и посыпать нарезанной зеленью петрушки.

К супу из крапивы подается вареный картофель.

122. СУП ИЗ СВЕЖИХ ГРИБОВ

600 г свежих грибов, 1 луковица, 2/3 стакана сметаны, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 10 картофелин, 1½ ложки масла, зелень петрушки или укроп а, 3 литра воды, соль.

Свежие грибы перебрать, хорошо промыть в нескольких водах, крупные нарезать, залить холодной водой и варить. Когда грибы немного поварятся, добавить поджаренный на масле лук, перец, лавровый лист, нарезанный картофель и варить, пока картофель не станет мягким.

В суп из свежих грибов с картофелем при желании можно добавить немного макарон или мучных клецок.

При подаче на стол добавить нарезанную зелень петрушки и заправить сметаной.

123. СУП РАКОВЫЙ

600 г телятины или рыбы, 150 г кореньев, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 стакан сметаны, 10—15 раков, 3 литра воды, соль.

Для начинки шеек: 1 ломтик сушеной булки, 1 яйцо, ½ ст. ложки масла, перец, 1 ст. ложка сметаны, зелень петрушки и укропа, соль.

Из телятины или рыбы с кореньями сварить бульон и процедить его. Живых раков подержать несколько часов в воде, чтобы, плавая, они хорошо отмылись. Затем вскипятить в кастрюле воду с пряностями и укропом, положить раков и варить 25 минут, пока они не станут красными. Дать остыть, из шеек и лапок раков вынуть мясо, а спинки отделить и вынуть внутренности.

Мясо из лапок и шеек пропустить через мясорубку, добавить сырое яйцо, масло, замоченную и отжатую булку, перец, зелень петрушки, сметану, все перемешать, начинить спинки раков, опустить в кипящий бульон и варить 5 минут.

Высушенные скорлупки с ножек вареных раков растереть, поджарить на масле, долить немного бульона и тушить. Затем процедить через салфетку и жидкость влить в бульон.

Суп заправить сметаной.

124. СУП ПИВНОЙ

2 бутылки пива, 1 палочка корицы, 1 стакан сметаны, 1 ст. ложка сахара, 1 ломтик подсушенного черного хлеба, апельсиновая корка, 2 яичных желтка, 400 г белого сыра.

Если пивной суп готовят из пива домашнего приготовления, то его можно не разбавлять водой, в заводское же пиво следует добавить воды.

В ½ литр а воды положить подсушенный черный хлеб, пряности и немного поварить. Затем процедить и смешать жидкость с пивом, подогреть и заправить сметаной, взбитой с яичными желтками.

К этому супу в отдельных салатниках подается нарезанный кубиками литовский (белый) подсушенный сыр и белые сухари.

ПРОЗРАЧНЫЕ СУПЫ

Основу всех прозрачных супов составляет крепкий прозрачный бульон из говядины с костями, из птицы иди рыбы.

125. БУЛЬОН ПРОЗРАЧНЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ С КОСТЯМИ

1 кг говядины с костями, 200 г мягкого говяжьего мяса, 1 яичный белок для осветления, 1 морковь,½ петрушки, ½ порея, ½ сельдерея, 1 луковица, 10—12 горошин перца душистого и горького, 1—2 лавровых листа, 3—3 ½ литра воды, соль.

Для прозрачного бульона берут говядину с костями (мяса и костей поровну) или в равных долях говядину с курицей. Для этого бульона берутся трубчатые кости. Бульон из другого рода костей не получается достаточно прозрачным.

Положить в кастрюлю промытые разрубленные кости, мясо, залить холодной водой и по возможности быстрее вскипятить. Когда вода закипит, кастрюлю открыть, снять пену, посолить и варить на слабом огне 3—4 часа, пока мясо не станет мягким и отделится от костей.

При варке бульона необходимо несколько раз снимать жир, однако бульон не следует мешать, так как в этом случае он получится недостаточно прозрачным.

В середине варки положить крупно нарезанные поджаренные без жира коренья. От поджаренных овощей бульон приобретает красивый желтовато-розовый цвет. К концу варки положите перец, лавровый лист.

Когда бульон сварится, кастрюлю следует снять с огня, вынуть кости и мясо, дать бульону отстояться. Затем процедить сквозь металлическое густое сито.

Хороший бульон, в который кладутся разные добавления должен быть совершенно прозрачным, красивым на цвет и приятным на вкус. Если приготовленный бульон недостаточно прозрачен, его можно осветлить с помощью яичного белка, смешанного с сырым рубленым мясом.

Для этого рубленое мясо приготовляется следующим образом сырое мясо (шею или подбедерок) пропустить через мясорубку, залить холодной водой (на 100 г мяса 150—200 г воды) и оставить на 1 час. Затем в мясо положить сырой яичный белок, соль и хорошо размешать.

В процеженный и подогретый до 80° бульон положить подготовленное мясо, добавить поджаренные овощи и варить около часа, снимая пену и жир.

Затем бульон снять с огня, дать отстояться и процедить сквозь густое сито или салфетку.

126. БУЛЬОН КУРИНЫЙ

800 г—1 кг курятины с костями, 1 морковь, 1 луковица, ½ петрушки, 10 горошин душистого перца, 3 литра воды, соль.

Положить в кастрюлю курятину с костями, залить холодной водой и вскипятить. Кастрюлю открыть, снять пену, положить нарезанные поджаренные коренья, пряности и соль. Варить на слабом огне 2—3 часа, пока мясо не станет мягким.

Затем бульон процедить и осветлить.

127. БУЛЬОН С ОВОЩАМИ

Для бульона с овощами можно употреблять разное мясо: говядину, свинину, птицу или баранину. Варить так же, как прозрачный бульон (125). В него кладут овощи:

2 моркови, ½ кочана капусты, 3 картофелины, ½ стакана фасоли, 1 небольшой кочан цветной капусты, долька брюквы.

Овощи очистить, промыть и нарезать. Картофель нарезать зубчатым ножиком продолговатыми кусочками, морковь — кружочками, капусту — квадратными кусочками, цветную капусту разделить на отдельные кочешки, а фасоль (если он а сушеная) замочить. Овощи каждого вида варить отдельно в подсоленной воде, положив их в кипящую воду. Только сушеную фасоль следует варить без соли); капусту варить в открытой кастрюле.

Затем слить воду и положить овощи в осветленный бульон. Все овощи можно варить и в прозрачном бульоне, причем в бульон сначала кладут те овощи, которые варятся дольше, а именно фасоль и морковь, а затем овощи, которые развариваются быстрее. Когда бульон с овощами готов, добавить нарезанную зелень петрушки.

128. БУЛЬОН С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ

На 4 тарелки прозрачного бульона (125) взять один кочан цветной капусты (весом 300—400 г).

Капусту разделить на кочешки, за мочить в холодной воде, промыть, положить в кипящий осветленный бульон и варить 15—20 минут. В готовый бульон добавить нарезанную зелень петрушки.

129. БУЛЬОН С МАКАРОНАМИ

На 4 тарелки прозрачного бульона (125) взять ½ стакана макарон или лапши (см. «Мучные блюда»).

Сваренный бульон процедить, снова вскипятить, положить макароны и варить 15 минут. Если желают получить прозрачный суп, то макароны следует сварить отдельно в подсоленной воде в закрытой кастрюле, чтобы они больше набухли, затем откинуть на дуршлаг и положить в бульон перед подачей на стол. Одновременно положить мелко нарезанную зелень петрушки.

130. БУЛЬОН С РИСОМ

На 4 тарелки прозрачного бульона (125) — 4 ложки риса. Рис промыть холодной водой, положить в кастрюлю, залить горячей водой, посолить и варить 5 минут. Затем воду слить, а рис выложить на сито, промыть и положить в процеженный бульон. Варить на слабом огне, пока рис не станет мягким.

В готовый суп добавить мелко нарезанную зелень петрушки.

131. БУЛЬОН С КЛЕЦКАМИ

Сварить прозрачный бульон (125), процедить и снова вскипятить.

Д л я к л е ц о к: Неполный стакан пшеничной муки, 2 яйца, 1 ст. ложка масла, соль.

Масло растереть, добавить яичные желтки, муку, соль, хорошо размешать, затем положить взбитые белки, перемешать и чайной ложкой опускать массу в кипящий бульон (ложку предварительно нагреть в бульоне, а затем брать по ½ ложечки подготовленного теста и опускать в бульон). Положив все клецки, кастрюлю закрыть, чтобы клецки лучше вздулись, и варить 2—3 минуты.

В готовый суп положить нарезанную зелень петрушки.

132. БУЛЬОН С ПЕЛЬМЕНЯМИ

Сварить прозрачный бульон (125).

Для пельменей: 400 г говядины с жиром, 1 луковица, 2 стакана муки, 1 яйцо, немного майорана, соль, перец.

Пельмени можно приготовить из одной говядины или пополам со свининой. Говядину и свинину с луком пропустить 2 раз а через мясорубку, добавить соль, перец, растертый майоран, немного бульона и хорошо перемешать.

Из муки, яйца и 1/4 стакана воды замесить некрутое тесто, тонко раскатать, положить на него мясные шарики и круглой формочкой вырезать пельмени (505).

Бульон вскипятить, опустить пельмени и варить 10 минут, пока она не поднимутся на поверхность. При желании получить прозрачный суп пельмени надо варить отдельно в подсоленной воде и, вынув их, залить горячим бульоном.

При подаче на стол положить нарезанную зелень петрушки и немного сливочного масла.

133. БУЛЬОН С ФРИКАДЕЛЬКАМИ

Сварить бульон (125) и осветлить его.

200 г говядины с жиром вместе с поджаренным на масле луком пропустить через мясорубку, добавить ½ сырого яйца, молотый перец, соль, хорошо перемешать, сделать круглые фрикадельки величиной с каштан и варить 10—15 минут в отдельной кастрюле с кипящим бульоном. Затем фрикадельки вынуть, положить в осветленный бульон, добавить нарезанную зелень петрушки и подать на стол.

134. БУЛЬОН ГРИБНОЙ С ПАШТЕТНЫМИ ГРЕНКАМИ

100 г сушеных грибов, 2 моркови, 2 ст. ложки масла, 1 ст. ложка муки, 1 луковица, немного сельдерея, петрушки, лавровый лист, 10 горошин перца, 3 литра воды, соль.

В холодную воду положить овощи, приправы и варить, пока овощи не станут мягкими. Грибы перебрать, промыть, ошпарить кипятком и сварить в овощном отваре. Бульон процедить, грибы вынуть. Половину сваренных грибов нарезать тонкими продолговатыми кусочками и положить в процеженный грибной бульон.

Муку поджарить на масле, разбавить бульоном и влить в суп.

Для паштетных гренок: 300 г булки, половина сваренных грибов, 1 ст. ложка масла, 1 луковица, 1 яичный желток, 1 ст. ложка сметаны, соль, молотый перец, ½ ст. ложки сухарей.

Булку без корки нарезать продолговатыми (3—4 см) четырехугольными ломтиками. Грибы мелко порубить или пропустить через мясорубку, добавить поджаренный на масле лук, перец, немного белых сухарей, сметану, яичный желток и соль. Все перемешать, ломтики булки намазать массой слоем 1 см, сверху смазать взбитым яйцом и жарить на толсто смазанном маслом противне в духовке, пока гренки не зарумянятся.

Паштетные гренки подают в отдельной посуде.

135. БОРЩ С УШКАМИ

3 свеклы, 750 г говядины с костями, 200 г кореньев, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 чайная ложка сахара, 5 сушеных грибов, лимонная кислота, 1 ст. ложка крахмала, 3 литра воды, соль.

Из мяса, кореньев, пряностей и сушеных грибов сварить бульон (125), процедить и осветлить.

Свеклу сварить отдельно в воде, очистить, натереть на крупной терке, залить бульоном, подкисленным лимонной кислотой или уксусом, чтобы придать борщу более яркую окраску, и настаивать 30 минут. Затем снова процедить, добавить сахар, растворенный в охлажденном бульоне крахмал и подогреть. Борщ должен иметь острый вкус.

Для ушек: 1½ стакана пшеничной муки, 1 яйцо, соль вода.

Для фарша: 150 г вареного мяса, 1 луковица, 1 столовая ложка масла, 1 яйцо, перец, соль, немного булки и молока.

Из муки, яйца, воды и соли замесить тесто, тонко раскатать, нарезать 3-сантиметровыми квадратиками.

Вареное мясо пропустить через мясорубку, добавить поджаренный на масле лук, немного замоченной в молоке и отжатой булки, еще раз пропустить через мясорубку и всю массу поджарить с маслом на сковороде. Затем добавить перец, яйцо, хорошо перемешать, сделать шарики величиной с обыкновенный орех и положить их на нарезанное квадратиками тесто. Квадратики сложить в виде косынки, края смазать яичным белком и защипать, а углы соединить посередине, чтобы получились ушки. О пустить ушки в кипящую воду и сварить. Вынув, залить их прозрачным борщом и подать на стол.

ГАРНИРЫ (ДОБАВЛЕНИЯ) К ПРОЗРАЧНЫМ СУПАМ

К прозрачному бульону можно подавать налистники с мясом, гренки с паштетом, рассыпчатые пирожки с мясом, картофельные крокеты, белые сухари и т. д. Все они подаются в отдельной посуде.

136. НАЛИСТНИКИ С МЯСОМ

1 стакан муки, 2 стакана молока, 1 яйцо, соль, 1½ ст. ложки масла, 2 ст. ложки белых сухарей.

Взбить яичный желток с солью, всыпать просеянную муку и, наливая понемногу молоко, приготовить тесто. В хорошо размешанное тесто ввести взбитые яичные белки, еще раз перемешать и жарить на сковороде тонкие блинчики, поджаривая их только с одной стороны.

Д л я н а ч и н к и: 300 г вареного мяса (из бульона), 1 яйцо, 1 ст. ложка масла, молотый перец, 1 луковица, 2 ст. ложки бульона, соль.

Мясо и поджаренный на масле лук пропустить через мясорубку, положить пряности, яйцо, добавить немного бульона и хорошо перемешать. Приготовленной массой намазать налистники, завернутькрая и свернуть их в валики. Поверхность смазать взбитым яйцом, обвалять в белых сухарях и жарить на масле, пока они не зарумянятся. Налистники подают к бульону в горячем виде, в отдельной посуде, украсив их зеленью петрушки.

137. ГРЕНКИ С ПАШТЕТОМ

300 г булки, 1½ ст. ложки масла, 2/3 стакана молока, 1 яйцо.

Корку булки срезать, мякоть нарезать ломтиками, а затем прямоугольниками шириной 3 см и длиной 5 см. Смочить их молоком и намазать такой же мясной массой, как налистники (136), слоем толщиной 1 см.

Сверху смазать яйцом, положить на хорошо смазанный маслом противень и запекать, пока они не зарумянятся. Подать к прозрачному бульону в отдельной посуде.

138. ПИРОЖКИ РАССЫПЧАТЫЕ С МЯСОМ

1½ стакан а муки, 2 ст. ложки масла, соль, 1 яйцо для смазывания, вода.

Д л я н а ч и н к и: см. № 136. Взять половину продуктов.

Из муки, масла, воды и соли замесить тесто, охладить, затем раскатать и стаканчиком выдавить кружочки. Посередине положить подготовленную мясную массу, свернуть, смазать яйцом и выпекать в духовке.

Для мясной массы мелко нарезать лук, поджарить на масле, положить рубленое вареное мясо вареное мясо и еще поджарить. Затем добавить 1 столовую ложку белых сухарей, перец, соль, бульон, яйцо, хорошо перемешать и намазать на кружочки из теста.

Пирожки подаются в горячем виде к прозрачному бульону.

139. КРОКЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

6 вареных картофелин, 1 яичный желток, ½ стакана пшеничной муки, ½ ст. ложки белых сухарей, 100 г топленого сала, соль.

Д л я ф а р ш а: 200 г вареного мяса, масло, 1 луковица, перец, 2—3 ст. ложки бульона, соль.

Вареный картофель пропустить через мясорубку, добавить желток, муку, соль, хорошо вымесить, сделать крокеты различной формы (круглые, в виде моркови, свеклы), начинить мясным фаршем, обвалять в белых сухарях и жарить в большом количестве сала, пока они не зарумянятся.

Предназначенное для фарша мясо пропустить через мясорубку, добавить масло, поджаренный лук, соль, перец и 2—3 ложки бульона. Все перемешать и этой массой начинить крокеты.

На стол подать в горячем виде. Крокеты можно украсить зеленью петрушки.

140. ГРЕНКИ ИЗ БУЛКИ (ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)

2 ломтика булки, 45 г сыра, 1 ст. ложка масла, неполный стакан молока, 1 яичный желток.

Булку (срезав корку) нарезать кубиками величиной 1 см, смочить в молоке, взбитом с яичным желтком, посыпать сыром и жарить на сливочном масле в духовке, пока гренки не подрумянятся.

Положить в отдельную посуду и подать к прозрачному бульону.

СУПЫ-ПЮРЕ

Супы-пюре готовят из овощей — картофеля, моркови, цветной капусты, фасоли и гороха, различных круп и мяса.

Супы-пюре питательны и легко перевариваются.

Для супов-пюре употребляется бульон из овощного или крупяного отвара, из мяса и костей, в особенности птицы.

Перед подачей на стол в суп-пюре кладут сливочное масло или же заправляют взбитым яичным желтком, смешанным со сметаной, или взбитым с солью желтком, разбавленным бульоном, и подогревают до 60-70˚.

К супам-пюре на отдельной тарелке подаются белые сухарики.

Белые сухарики. Булку (пшеничный хлеб) для сухариков следует брать черствую, так как она меньше крошится и ее можно красивее нарезать. Прежде всего с булки срезать корку, затем разрезать на ломтики и нарезать кубиками. Масло растопить на сковороде, положить в него кусочки булки и поджаривать, пока они не зарумянятся.

141. СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ

Картофельный суп-пюре можно варить с мясом или без мяса; он может быть незаправленным или заправленным сметаной.

Для супа-пюре на мясном бульоне берут:

600 г мяса с костями, 12 картофелин, 1 морковь, ½ петрушки, 1 луковицу, ½ сельдерея, 1 порей, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 ст. ложку муки, 1 ст. ложку масла, ½ стакана сметаны, 1 яичный желток, белые сухарики, 3 ½ литра воды, соль.

В холодную воду положить мясо с костями и варить 1-1½ часа. Затем положить нарезанный картофель, все другие овощи, пряности и варить, пока мясо не станет мягким.

После этого мясо вынуть, бульон процедить, а овощи протереть сквозь сито и положить обратно в бульон. Муку поджарить на масле разбавить бульоном и влить в суп. Яичный желток взбить смешать со сметаной и заправить суп, охлажденный до 80° (чтобы яйцо не свернулось).

Белые сухарики подать отдельно, положив их в салатник или на тарелку.

142. СУП-ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ

600 г мяса с костями, 12 шт. моркови, 1 петрушка, 1 луковица, 10 горошин душистого перца, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 1 яичный желток, ½ стакана сливок, 3 ½ литра воды, соль.

Из мяса, пряностей и очищенных, но не разрезанных овощей сварить бульон (93) и процедить его. Вынуть овощи, протереть сквозь сито и протертую массу положить обратно в бульон. Муку поджарить на масле, разбавить бульоном и добавить в суп. Желток с небольшим количеством соли взбить, смешать со сливками и влить в суп.

Подать на стол с белыми сухариками.

143. СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ

600 г говядины с костями, 1/4 кочана свежей капусты, 3 картофелины, 2 моркови, 120 г зеленого горошка, 1 луковица, ½ порея, 1/4 сельдерея, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 1½ стакана молока или 1 яичный желток, 3 ½ литра воды, соль.

Сварить бульон (93). Картофель и капусту нарезать, сварить в отдельной посуде, процедить и протереть сквозь сито. В кастрюлю положить протертую морковь, картофель с капустой, протереть вареный или консервированный зеленый горошек, залить белым соусом (мука, поджаренная на сливочном масле и разбавленная бульоном) и подогревать 5-10 минут. Затем всю массу положить в процеженный бульон, добавить масло и заправить взбитым яичным желтком, смешанным со сметаной или молоком.

К этому супу подаются белые сухарики.

144. СУП-ПЮРЕ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

500 г говядины или курятины с костями, 600 г цветной капусты, 1 морковь, 1 луковица, 1/4 порея, 1/4 сельдерея, 5 горошин душистого перца, 1½ ст. ложки масла, ½ петрушки, 2 ст. ложки муки, 1 яичный желток, ½ стакана сметаны или сливок, 3 ½ литра воды, соль.

Из мяса, кореньев и пряностей сварить бульон (93), процедить. Разобрать цветную капусту на кочешки, промыть, положить в кипящую подсоленную воду и сварить. Морковь нарезать и сварить вместе со стебельками цветной капусты. Когда овощи станут мягкими, протереть их сквозь сито, добавить поджаренную на масле и разбавленную бульоном муку, всю массу перемешать и положить в бульон.

Заправить взбитым яичным желтком, смешанным со сметаной или сливками.

В тарелку или суповую вазу налить суп и положить вареные кочешки цветной капусты. К супу подать отдельно белые сухарики. Этот суп можно варить и без мяса, на овощном бульоне. Сваренные овоща вместе со всей жидкостью протереть, муку поджарить на масле, влить в овощной бульон и заправить его взбитым яичным желтком, смешанным со сметаной.

145. СУП-ПЮРЕ ИЗ ПОМИДОРОВ

500 г мяса с костями, 700 г помидоров, 1 морковь, ½ петрушки, 1 луковица, ½ порея, ½ сельдерея, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 2 ст. ложки риса, 1½ ст. ложки муки, 1 ст. ложка масла, 2/3 стакана сметаны. 3 ½ литра воды, соль.

Сварить мясной бульон (93) и процедить его. Помидоры нарезать и тушить вместе с поджаренной морковью и другими кореньями, добавив небольшое количество бульона, затем протереть сквозь сито, добавить соль, поджаренную на масле и разбавленную бульоном муку, перемешать, положить в бульон и варить 10 минут.

В суповую вазу или тарелку налить суп, положить вареный рис и заправить сметаной.

146. СУП-ПЮРЕ ИЗ ФАСОЛИ

350 г фасоли, 250 г разных кореньев, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 яичный желток, 2/3 стакана сливок, 2 ст. ложки пшеничной муки, 1½ ст. ложки масла, 2 ½ литра воды, соль.

Из овощей сварить бульон (93) и процедить его. Фасоль сварить, в несоленой воде, протереть и положить в овощной бульон. Муку поджарить на масле, разбавить бульоном и влить в суп. Желток взбить со сливка ми, заправить им суп - пюре и подогревать 10 минут, но не дать закипеть.

К супу-пюре из фасоли подаются белые сухарики.

147. СУП-ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА

500 г говядины с костями, 300 г сушеного гороха, 1 морковь, ½ порея, ½ сельдерея, ½ петрушки, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 3 ½ литр а воды, соль.

Из мяса, овощей и пряностей сварить бульон (93). В кипящий бульон положить также горох. Когда бульон сварится, мясо вынуть, бульон процедить, горох и овощи протереть и все положить обратно в бульон. Муку поджарить на масле до коричневатого цвета, разбавить бульоном и влить в суп. Этот суп заправлять не нужно.

На стол подать с сухариками из белого или черного хлеба.

148. СУП-ПЮРЕ ИЗ РИСА

600 г говядины с костями, 1 морковь, ½ петрушки, ½ сельдерея, 1/4 порея, 1 луковица, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 стакан риса, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 1 яичный желток, 100 г молока или сливок, 3 ½ литра воды, соль.

Из мяса сварить бульон (93) и процедить его. Рис промыть, залить водой или бульоном и варить, поставив накрытую крышкой кастрюлю в другую посуду с кипящей водой. Когда рис немного поварится, добавить поджаренные морковь, петрушку, лук и варить, пока все продукты не станут мягкими. Затем всю массу протереть, добавить муку, поджаренную на сливочном масле и разбавленную бульоном, перемешать, залитьбульоном и подогреть. Заправить взбитым яичным желтком, смешанным со сливками или молоком.

К супу подать белые сухарики.

Вместо риса можно употреблять перловую крупу.

149. СУП-ПЮРЕ ИЗ ЛУКА

600 г говядины с костями, 500 г лука, 1 петрушка, 1 сельдерей, 1 порей, 10 горошин перца, 2 лавровых листа, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка картофельной муки, 1 стакан сметаны, 3 ½ литра воды, соль.

Сварить мясной бульон (93). Лук и коренья поджарить на масле до желтоватого цвета, добавить небольшое количество бульона и тушить. Когда они станут мягкими, протереть, положить в процеженный бульон, вскипятить, влить разбавленную охлажденным бульоном картофельную муку, подогреть и заправить сметаной.

К супу подать белые сухарики.

150. СУП-ПЮРЕ ИЗ СВЕЖИХ ГРИБОВ

500 г говядины с костями, 1 морковь, 1 луковица, 400 г шампиньонов или белых грибов, 3 ст. ложки муки, 1 ст. ложка масла, 1 яичный желток, 1½ стакана молока, 3 литра воды, соль.

Из мяса и костей сварить бульон (93). Грибы промыть и нарезать. Морковь с луком поджарить на жире. В кастрюлю положить грибы, поджаренную морковь с луком, залить бульоном и, накрыв крышкой, варить в течение 50—60 минут. Сваренные грибы пропустить через мясорубку, залить молочным соусом (муку поджарить на масле до светло-желтого цвета и разбавить молоком), немного поварить, затем протереть сквозь сито, посолить и еще немного поварить.

Сваренную грибную массу залить бульоном, добавить масло, заправить взбитым яичным желтком, разбавленным бульоном.

Суп-пюре из свежих грибов подать с белыми сухариками.

151. СУП-ПЮРЕ ИЗ ПТИЦЫ

400 г курятины или 600 г мяса молодых цыплят, 1 морковь, 1/4 петрушки, 10 горошин душистого перца, 1/4 сельдерея, ½ луковицы, 3 ст. ложки муки, 2 ст. ложки масла, 1½ стакана молока, 1 яичный желток, 3 ½ литра воды, соль.

Из птицы и кореньев сварить бульон (96) и процедить его. Вареную птицу без костей разрезать на кусочки, пропустить через мясорубку, затем размять в ступке и, поливая бульоном, протереть сквозь сито. Протертую массу смешать с белым соусом, приготовленным на бульоне из птицы, положить в бульон и подогреть, но не дать закипеть. Суп заправить взбитым с солью яичным желтком, разбавленным бульоном.

К супу-пюре из птицы подают белые сухарики.

152. СУП-ПЮРЕ ИЗ ПЕЧЕНКИ

600 г говядины с костями, 200 г телячьей или куриной печенки, 2 моркови, 1 петрушка, порея, 1/4 сельдерея, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 луковица, 1½ ст. ложки масла или топленого сала, 1½ стакана молока, 1 яичный желток, соль, 3 литра воды.

Из говядины с костями сварить бульон (93) и процедить его. Печенку про мыть, нарезать на кусочки. Морковь и лук поджарить на снятом с бульона жире, затем тушить их вместе с печенкой, пока печенка и овощи не станут мягкими. Все пропустить через мясорубку или размять в ступке, протереть сквозь сито, смешать с белым соусом, положить в бульон и подогреть до кипения.

Затем добавить соль, сливочное масло, взбитый и разбавленный молоком яичный желток.

153. СУП-ПЮРЕ ИЗ ЩАВЕЛЯ И ШПИНАТА

750 г говядины с костями, 3 сушеных гриба, 300 г щавеля, 300 г шпината, 1 луковица, ½ порея, ½ сельдерея, 1 петрушка, 10 горошин перца, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, ½ стакана сметаны, зелень петрушки, 3 ½ литра воды, соль.

Из говядины с костями и сушеных грибов сварить бульон (93) и процедить его. Щавель и шпинат перебрать, промыть, мелко нарезать, залить бульоном и тушить. Затем протереть через сито и положит в процеженный бульон. Муку поджарить на масле, пока не зарумянится, разбавить бульоном и влить в суп; туда же положить мелко нарезанные продолговатыми кусочками грибы.

Суп заправить сметаной, положить нарезанную зелень петрушки и подать с белыми сухариками.

СУПЫ МОЛОЧНЫЕ

Молочные супы приготовляют из овощей, макарон и разных круп.

Все молочные супы можно варить на цельном молоке или на молоке, разбавленном водой, а также на сгущенном молоке или приготовлять их на сухом молоке.

Овощи, крупа или макароны значительно быстрее развариваются, если сначала их варят в воде, а затем забеливают молоком. В готовые молочные супы кладется соль, в некоторые — сахар по вкусу и перед подачей на стол — сливочное масло.

154. СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВОЩАМИ

6 картофелин, 2 моркови, 1/4 кочана свежей капусты или цветной капусты, 1 ст. ложка масла, 1 литр молока, соль.

Все овощи приготовить таким же образом, как и для других супов (картофель нарезать кубиками, морковь можно натереть на крупной терке, капусту разрезать на квадратные кусочки).

Овощи сварить в небольшом количестве воды. Сначала положить те овощи, которые дольше варятся, а именно морковь, затем капусту и картофель. Когда овощи сварятся, в суп налить цельное молоко, добавить соль и сливочное масло. Влив молоко, суп не кипятить, а только подо греть.

155. СУП МОЛОЧНЫЙ ИЗ ТЫКВЫ С КАРТОФЕЛЕМ

6 картофелин, 2 стакана нарезанной тыквы, 2 моркови, ½ ст. ложки масла, 1 литр молока, соль.

Картофель нарезать кубиками, а морковь - дольками. С тыквы снять кожуру, удалить семена и нарезать ее кубиками. В кипящую воду сначала положить морковь, затем тыкву, картофель и варить, пока все овощи не станут мягкими. Готовый суп посолить, влить молоко. Суп подогреть, затем положить масло.

156. СУП МОЛОЧНЫЙ ИЗ ТЫКВЫ С КЛЕЦКАМИ

3 стакана очищенной нарезанной кубиками тыквы, 1½ литра молока, 1 ст. ложка масла, 1½ стакана муки, 1 яйцо, соль и сахар по вкусу, ½ литра воды.

Тыкву очистить, удалить семена, нарезать кусочками, положить в кастрюлю, залить кипятком и варить, пока она не станет мягкой. Сваренную тыкву протереть сквозь сито, влить молоко, положить соль, сахар, масло и подогреть.

Из муки, яйца и воды замесить тесто, приготовить небольшие клецки или натереть тесто на крупной терке. Клецки сварить в подсоленной воде и положить в суп (можно и со всей водой).

В суп из тыквы вместо клецок можно положить скриляй (498) или картофель. Клецки можно варить и в незабеленном супе.

157. СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ

6 стаканов молока, ½ стакана риса, 1 чайная ложка сахара, ½ ст. ложки масла, 1 литр воды, соль.

Рис промыть, залить водой и варить 5—8 минут. Затем влить горячее молоко и варить, пока рис не станет мягким. В готовый суп положить сахар и соль. При подаче на стол положить масло.

158. СУП МОЛОЧНЫЙ С МАННОЙ КРУПОЙ

½ литра молока, ½ литра сливок, 1 литр воды, 10 г сахара, 1 ст. ложка масла, ½ стакана манной крупы, немного соли, 1 яичный желток, сахар.

Для сухариков: 250 г булки, 1 ст. ложка масла.

Воду вскипятить, положить масло, чтобы крупа не склеивалась, затем, помешивая, понемногу сыпать манную крупу. Когда крупа сварится, влить молоко, сливки и подогреть, но не дать закипеть. В готовый суп положить сахар и соль. Желток взбить, смешать с молоком и влить в суп.

К супу подать белые сухарики.

159. СУП МОЛОЧНЫЙ С КЛЕЦКАМИ

2 стакана муки, 1 яйцо, 1½ литра молока, ½ литра воды, ½ ст. ложки масла, немного соли и сахара.

Из муки, яйца и воды замесить крутое тесто и приготовить небольшие клецки. Вскипятить, положить соль, клецки и немного поварить. Затем влить молоко и вскипятить. Перед подачей на стол добавить масло и сахар.

160. СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОНАМИ

1 стакан макарон, 1½ литра молока, 3 стакана воды, 1 ст. ложка масла, 1 чайная ложка сахара, немного соли.

Макароны положить в воду и варить 5—8 минут, а мелкие — 3—5 минут. Затем влить горячее молоко, положить соль и варить, пока макароны не станут мягкими. Перед подачей на стол добавить сахар и масло.

161. СУП МОЛОЧНЫЙ С ЛИТЫМИ КЛЕЦКАМИ

1 стакан пшеничной муки, 1 яйцо, 1 ст. ложка масла, 1 литр молока, 3 стакана воды, немного соли и сахара.

Масло растереть, положить яичный желток, соль и, растирая, всыпать муку. Когда тесто станет достаточно пышным, положить взбитый яичный белок. Тесто должно быть густоты сметаны. Если тесто слишком крутое, можно добавить немного молока.

Молоко с водой вскипятить, посолить, положить сахар. Нагретой чайной ложечкой опускать в него клецки любой величины. Опустив клецки, кастрюлю накрыть и еще немного поварить.

162. СУП МОЛОЧНЫЙ С КАРТОФЕЛЬНЫМИ КЛЕЦКАМИ

1½ литра молока, ½ литра воды, 3 вареные картофелины, 2 яйца, 3 ст. ложки муки, 1 чайная ложка масла, соль.

Вареный картофель пропустить через мясорубку, дожить муку, соль, яичные желтки и хорошо перемешать. Затем в приготовленную массу положить взбитые яичные белки и осторожно перемешать. Молоко с водой вскипятить и чайной ложечкой опускать в него клецки. Варить на слабом огне, чтобы клецки не распустились. Перед подачей на стол положить в суп масло.

ХОЛОДНЫЕ СУПЫ

Холодные супы приготовляют из овощей, фруктов и ягод. В качестве жидкости для овощных супов употребляется хлебный квас или свекольный квас.

163. ХЛЕБНЫЙ КВАС

Черный хлеб нарезать ломтиками и высушить. Воду вскипятить, залить сушеный хлеб, оставить на 3—4 часа, затем процедить. В полученное сусло положить дрожжи, сахар и поставить в теплое место для брожения. Во время брожения можно добавить тмин или изюм. Когда брожение окончится, квас процедить и держать в прохладном место.

164. СВЕКОЛЬНЫЙ КВАС

Свеклу сварить, очистить, нарезать небольшими продолговатыми кусочками или натереть на крупной терке, залить кипятком и оставить в горячем месте (на борту плиты) на 30 минут. Затем охладить, вложить хлеб, завязанный в чистую тряпочку, и поставить в теплое место на одни сутки для заквашивания. Когда заквасится, хлеб вынуть.

165. БОРЩ ХОЛОДНЫЙ ЛИТОВСКИЙ

3 свеклы, 2 ломти ка черного хлеба, 1 стакан сметаны, 1 луковица, укроп, немного сахара.

Из свеклы или черного хлеба сделать квас (163, 164). Взять 1½ литра свекольного кваса, добавить мелко нарезанный репчатый или зеленый лук, немного сахара, нарезанную зелень укропа, заправить сметаной и подать на стол с жареным или вареным картофелем.

166. БОРЩ ХОЛОДНЫЙ СО ЩАВЕЛЕМ.

1 свекла, 150 г щавеля, 1 стакан сметаны, 2 литра простокваши, 2 зеленых огурца, 3 яйца, соль, сахар, укроп, зеленый лук, 15 шт. редиса.

У щавеля оторвать черешки. Щавель промыть, нарезать, положить в кипящую воду и варить, затем охладить. Свеклу сварить, очистить и нарезать маленькими продолговатыми кусочками.

В охлажденный щавель положить нарезанную свеклу, очищенные и разрезанные на дольки огурцы, влить взбитую простоквашу, положить мелко нарезанную редиску, зеленый лук, укроп, взбитую сметану, соль и сахар.

При подаче на стол в каждую тарелку положить по одному крутому яйцу, разрезанному на 4 части, и залить холодным борщом. К нему подать вареный картофель.

167. БОРЩ ХОЛОДНЫЙ ИЗ МОЛОДОЙ СВЕКЛЫ

2 свеклы с листьями, 1 стакан сметаны, 2 зеленых огурца, 3 яйца, зеленый лук, зелень петрушки, укроп, 2 литра хлебного кваса.

Свеклу промыть и очистить, затем варить, пока она не станет мягкой. К концу варки положить нарезанные стебли свеклы и немного нарезанной ботвы. Сваренную свеклу вынуть, нарезать мелкими продолговатыми кусочками, положить обратно в суп и охладить. В остывший суп влить хлебный квас (163), положить очищенные и разрезанные на кусочки огурцы, мелко нарезанный зеленый лук, зелень укропа и петрушки.

Перед подачей на стол положить крутые яйца, разрезанные на 4 или на 6 частей, и заправить сметаной.

К этом у борщу подается вареный картофель. Чтобы картофель был вкуснее, его следует посыпать мелко нарезанным укропом.

168. БОРЩ ХОЛОДНЫЙ С ЯБЛОКАМИ

2 литра свекольного кваса, 3 яблока, 2 огурца, 1 стакан сметаны, укроп, зеленый лук, соль.

Яблоки очистить, удалить семенники, нарезать маленькими дольками. В свекольный квас(164) положить очищенные и нарезанные огурцы, яблоки, укроп, нарезанный зеленый лук, взбитую сметану и соль.

К этому борщу подается очищенный картофель, сваренный с кожурой.

169. ХОЛОДНИК ИЗ ПОМИДОРОВ

1 кг помидоров, 1½ литра воды, 1 стакан сметаны, 1 луковица, соль, сахар.

Воду вскипятить и охладить. Свежие помидоры протереть сквозь сито, лук разрезать на 4 части и всё положить в охлажденную воду. Затем заправить сметаной. Добавить по вкусу соль и сахар. Через некоторое время лук из супа вынуть. Холодник из помидоров подается с вареным картофелем.

170. ОКРОШКА

1½ литра хлебного кваса, 250 г вареной говядины, 100 г вареной ветчины, 2 зеленых огурца, 1 чайная ложка приготовленной горчицы, сахар, соль, укроп, зеленый лук, ½ стакана сметаны, 3 яйца.

Вареную говядину и ветчину нарезать маленькими кубиками. Яйца сварить вкрутую. Яичные белки, очищенные огурцы, зеленый лук разрезать на мелкие кусочки.

Желтки вареных яиц пр отереть сквозь сито, смешать со сметаной и горчицей, добавить сахар и соль. Всю эту массу разбавить хлебным квасом, положить нарезанное вареное мясо, нарезанные огурцы, яичные белки, лук и укроп.

СЛАДКИЕ СУПЫ

171. СУП ИЗ ФРУКТОВ И ЯГОД

1 стакан земляники или клубники, 10 сушеных слив, 1 стакан крыжовника, 1 стакан сахара, 2 чайные ложки картофельного крахмала, корица, гвоздика, апельсиновая корка, 1½—2 литра воды.

Для скрилей: 1½ стакана муки, 1 яйцо, соль, вода.

Сливы сварить в отдельной посуде и вынуть. В отвар положить крыжовник, немного поварить и также вынуть. В этот отвар положить все пряности, сахар и варить 10—15 минут. Затем отвар процедить, снова вскипятить и влить в него разведенный холодной водой картофельный крахмал. Когда он начнет закипать, снять с огня, положить крыжовник, сырую клубнику и вареные сливы. В охлажденный суп положить сваренные скриляй и подать на стол.

Скриляй. Из муки, яйца, соли и воды замесить тесто, тонко раскатать и разрезать на небольшие квадратные кусочки. Воду с солью вскипятить, положить скриляй и сварить их. Затем выложить их в приготовленный суп.

172. СУП ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ

3 яблока, 3 груши, ½ стакана слив, 1 стакан сахара, 1 ст. ложка картофельного крахмала, корица, гвоздика, апельсиновая корка, 2 литра воды.

Воду с пряностями вскипятить, положить сахар, поварить и положить подготовленные фрукты. Яблоки и груши очистить, разрезать на 6 долек, удалить семена и варить в воде с пряностями на слабом огне, чтобы фрукты не разварились. Сваренные яблоки и груши вынуть шумовкой, затем в этом же отваре сварить сливы. Когда сливы сварятся, вынуть их шумовкой, а отвар процедить, снова вскипятить, влить разведенный холодной водой картофельный крахмал, подогреть, пока он не загустеет, затем вложить все сваренные фрукты.

Отдельно сварить скриляй (171), вынуть их шумовкой и положить в суп.

Таким же образом готовят суп из сушеных фруктов, но сушеные фрукты следует класть в холодную воду, чтобы они набухли.

173. СУП ХОЛОДНЫЙ ИЗ ЗЕМЛЯНИКИ И КЛУБНИКИ

3 стакана земляники, 3 стакана клубники, 1 стакан сахара, 1 стакан сметаны, 2 ½ литр а воды.

Для бисквитных сухариков: 3 яйца, 2 ст. ложки сахара, 3 ст. ложки муки.

Воду с сахаром вскипятить и охладить. Ягоды — клубнику и землянику очистить, промыть и протереть сквозь сито. В охлажденную жидкость положить протертую ягодную массу, влить сметану, размешать и подать с бисквитными сухариками.

Сухарики. Яичные желтки растереть с сахаром, ввести взбитые белки, муку, осторожно перемешать и испечь бисквит. Нарезать его кубиками, высушить и подать к супу.

174. СУП ХОЛОДНЫЙ ИЗ ЧЕРНИКИ С КЛЕЦКАМИ

3 стакана черники, 1 стакан сахара, 1 стакан сметаны, корица, лимонная корка, 2 литра воды.

Для клецок: 1 стакан муки, 1 ст. ложка масла, 1 яйцо, вода и соль(161).

Воду с сахаром и пряностями вскипятить, вложив перебранную и промытую чернику. Немного поварить и заправить сметаной.

Клецки сварить отдельно, вынуть из воды и перед подачей на стол положить в тарелки с супом.

175. СУП ИЗ ВИШЕН

3 стакана вишен, 1 ст. ложка картофельного крахмала, 1 стакан сахара, ½ стакана сметаны, 2 г корицы, 2 литра воды.

Вишни промыть, вынуть косточки (можно варить и с косточками), залить кипятком, положить сахар, корицу и варить 10—15 минут. Затем добавить разведенный холодной водой крахмал и вскипятить. После того охладить и заправить сметаной.

К супу из вишни подают отдельно бисквитные сухарики (173) или в суп кладут клецки (161).

176. СУП ИЗ РЕВЕНЯ

3 стакана нарезанного ревеня, ½ лимона, 1 стакан яблочного вина, 1 чайная ложка картофельного крахмала, 4 гвоздики, немного корицы, апельсиновая корка, 1 стакан сахара, 2 литра воды.

Для бисквита: 3 яичных желтка, 3 ст.ложки муки, 2 ст. ложки сахара.

Ревень промыть, очистить и нарезать кубиками. Воду с сахаром вскипятить, вложить нарезанный ревень и недолго варить, чтобы он не разварился. Сваренный ревень вынуть шумовкой, а в отвар положить все пряности, варить 5 м и нут и процедить. Полученный отвар снова вскипятить, добавить разведенный холодной водой картофельный крахмал и подогреть. Затем влить яблочное вино, лимонный сок, положить ревень и охладить.

К этому супу подают бисквитные сухарики. Испеченный бисквит разрезать на тонкие ломтики и высушить.

177. СУП ИЗ КРЫЖОВНИКА С МАКАРОНАМИ

2 ½ стакана крыжовника, 1 стакан сахара, 1/3 стакана макарон, 2 г корицы, 2 литра воды.

В кипящую воду положить макароны и варить, пока они не станут мягкими. Затем положить сахар, очищенный и промытый крыжовник, корицу и варить, пока крыжовник не станет мягким. Из готового супа вынуть корицу, а суп охладить.

178. СУП ИЗ СЛИВ

1½ стакана сушеных слив, 2/3 стакана сахара, 1 стакан вина, корица, гвоздика, ½ ст. ложки картофельного крахмала, 2 литра воды.

Сливы промыть, замочить в теплой воде, чтобы они набухли. Затем вместе с пряностями положить в воду и варить, пока сливы не разварятся. Протереть сквозь сито, снова вскипятить, влить разведенный холодной водой картофельный крахмал, положить растолченные ядра сливовых косточек, сахар, влить вино или фруктовый сок, немного подогреть и охладить.

Суп из слив подается к столу с печеньем.

179. СУП ИЗ ЯБЛОК

5 яблок средней величины, 1½ ст. ложки картофельного крахмала, 1 стакан сахара, ½ стакана сметаны, 2 г корицы, 2 литра воды.

Яблоки промыть, очистить, вынуть семенники и разрезать на дольки. Воду с корицей и сахаром вскипятить, положить нарезанные яблоки и недолго варить, чтобы яблоки не разварились. Затем добавить разведенный холодной водой крахмал и немного подогреть.

При подаче на стол заправить сметаной. Этот суп подается в теплом или холодном виде с печеньем.

180. СУП ВИННЫЙ

½ стакана риса, 1 ст. ложка масла, 1 стакан сахара, 2 литра воды, 4 гвоздики, 2 г корицы, 2 стакана красного вина, 1 стакан фруктового сока, ½ стакана изюма.

Рис промыть, ошпарить кипятком, положить в кипящую воду со сливочным маслом и варить 1 час.

В отдельную посуду налить 2 литра воды, положить пряности, кипятить 5 минут, затем процедить. В полученную жидкость влить фруктовый сок, положить сваренный рис, изюм, сахар, влить вино и подогреть.

Этот суп можно подавать в теплом или холодном виде с бисквитными сухариками (173).

181. СУП ХОЛОДНЫЙ ИЗ ПИВА

2 бутылки пива, 1 лимон, 1 стакан сахара, ½ стакана изюма, корица, 1 стакан красного вина, 1 стакан сметаны, 2/3 литра воды.

Воду с пряностями и сахаром кипятить 20—30 минут. Снять с огня, положить изюм и влить лимонный сок. Когда остынет, влить вино, пиво и заправить суп сметаной.

К холодному супу подаются белые сухарики (стр. 138).

182. СУП МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ

2 литра молока, 1 стакан сливок, 4 яичных желтка, 2/3 стакана сахара, палочка ванили, ½ стакана изюма, соль.

Для клецок из белков: 4 яичных белка, 2 ст. ложки сахарной пудры, 1 ст. ложка пшеничной муки.

Один литр молока с ванилью вскипятить, влить сливки. Желтки растереть с сахаром, заварить молоком со сливками, подогреть до 70°, положить изюм, немного соли и охладить.

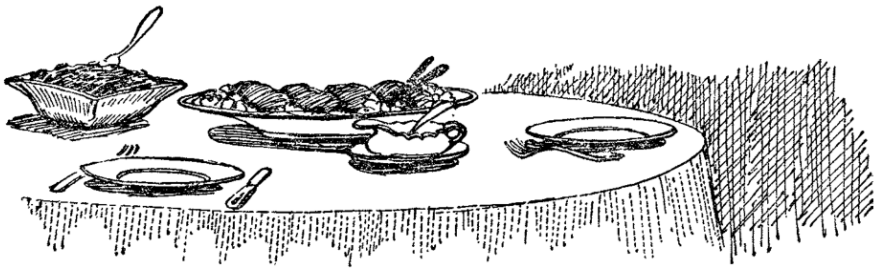
Клецки из белков приготовляются следующим образом: белки взбить в твердую пену, всыпать понемногу сахарную пудру, муку, затем осторожно перемешать. Оставшийся литр молока вскипятить и ложкой класть в него массу из белков с мукой. Положив всю массу, кастрюлю накрыть крышкой, чтобы она нагревалась со всех сторон. Немного поварить. Затем клецки со всем молоком влить в суп. Суп можно подавать на стол как в теплом, так и в холодном виде.

183. СУП ХЛЕБНЫЙ С ФРУКТАМИ

2 ломтика сушеного черного хлеба, ½ стакана сушеных фруктов, 1 стакан фруктового сока, 1 стакан сахара, 2 ст. ложки изюма, 1 стакан сметаны, 2 литра воды.

Хлеб высушить, залить кипятком; оставить, чтобы он размяк, а затем протереть сквозь сито. Сушеные фрукты рассортировать и сварить с пряностями каждый сорт отдельно — сначала светлые фрукты и изюм, а затем темные. Отвар, в котором варились фрукты, процедить, положить сахар, протертый хлеб, влить фруктовый сок, сметану, положить фрукты, размешать и подать на стол.

ВТОРЫЕ БЛЮДА



РЫБА

По своей питательности рыба почти равна мясу. Белки и жиры, содержащиеся в рыбе, хорошо усваиваются человеческим организмом. Мякоть ее имеет нежные соединительные ткани, которые при жареньи или варке быстро становятся мягкими, и поэтому рыба легко переваривается. Белки, которые содержатся в костях и хрящах, при варке переходят в бульон и, застыв, образуют желе. В различного рода рыбе содержится неодинаковое количество жиров: например, угорь является жирной рыбой и содержит около 28 процентов жиров, а щука — только 0,4 процента. Во время икрометания рыба худеет, так как много белков и жиров расходуется на образование икры и молок.

В жирах печени рыбы содержится много витаминов А и Д. Кроме того, в рыбе имеются экстрактивные и минеральные вещества. В мясе животных содержится больше экстрактивных веществ, но в рыбе больше минеральных веществ.

Наиболее вкусной является взрослая рыба, а молодая и слишком старая рыба менее вкусна. Вкус рыбы во многом зависит от ее упитанности. Чем рыба жирнее, тем она вкуснее.

В рыбе содержится больше воды, чем в мясе, и поэтому она скорее портится. В снулой рыбе быстро размножаются гнилостные бактерии и появляется опасный для человеческого организма яд.

Для приготовления горячих блюд чаще всего употребляется свежая, мороженая и соленая рыба. При приготовлении неживой рыбы необходимо следить, чтобы она была свежей. Свежесть рыбы определяется по внешним признакам: цвету, запаху, виду. Чешуя свежей рыбы крепко дерется ее кожа упруга, глаза блестят, жабры красные. Хорошая рыба не имеет плохого запаха. Тело несвежей рыбы вялое, поверхность слизистая, глаза впалые, мутные, жабры бледные. Такая рыба брошенная в воду воду, не тонет, тогда как свежая рыба тонет в воде. Если при потрошении рыбы замечают, что кости отстали от мяса, то это значит, что рыба испорченная. Кости хорошей мороженой или соленой рыбы также не должны отставать от мяса даже после того, как рыба оттает или вымокнет.

ПОДГОТОВКА РЫБЫ

Перед тем как готовить рыбу, ее нужно очистить от чешуи, выпотрошить, удалить жабры и промыть. Мороженую рыбу перед чисткой оттаивают, а соленую вымачивают.

Оттаивание. Мороженую рыбу следует оттаивать в холодной

воде в течение 1½—6 часов. Продолжительность оттаивания зависит от величины рыбы, а также от температуры рыбы и воды. Чтобы рыба потеряла меньше минеральных веществ, в воду, в которой она будет оттаивать, надо положить соль (на 1 литр воды 7—10 г соли).

Рыбу весом свыше 2 кг следует оттаивать в воде комнатной температуры (10—18 градусов). В воде такой температуры ее держат 6—10 часов. Таким же образом оттаивают и рыбное филе, не вынимая его из бумаги.

Вымачивание. В соленой рыбе может содержаться до 22 процентов соли. Рыба, предназначенная для жаренья, должна иметь не более 3 процентов соли, и поэтому соленую рыбу необходимо вымочить.

Прежде всего рыбу опустить в холодную воду и оставить на 1 час, чтобы она вымокла. Затем очистить рыбу от чешуи, отрезать голову, хвост, плавники, удалить внутренности и промыть. Крупную рыбу можно разрезать на куски. Затем опять опустить в холодную воду (12°), взяв на 1 кг рыбы 2 литра воды. Рыбу вымачивают 6—12 часов, в зависимости от степени засола. Во время вымачивания воду необходимо 3—4 раза менять. Слишком долго рыбу вымачивать не следует, ибо от этого уменьшается ее питательность. Вымоченная соленая рыба используется для жаренья.

Селедку также вымачивают в холодной воде, сменяя ее. Чтобы селедка вымокла скорее и не размякла, ее можно вымачивать в охлажденной кипяченой воде или в чайном отваре. Иногда селедку вымачивают в молоке, чтобы она стала более вкусной и сочной. Перед этим с селедки следует снять кожу и выпотрошить.

Очистка. С рыб, имеющих чешую (например, линь, карась, карп, и др.), следует соскоблить чешую ножом или специальной теркой. Линя и окуня, у которых чешуя крепко держится, нужно скоблить вилкой или теркой. Чтобы легче было чистить рыбу, ее можно ошпарить кипятком. С этой целью рыбу на 15-30 секунд опускают в кипяток, а затем соскабливают чешую тупой стороной ножа.

Рыбу без чешуи с толстой кожей (например, налим, угорь, сом и др.) надо очищать следующим образом: через оба глаза рыбы продеть шпагат, оба конца связать, повесить рыбу на гвоздь и надрезать кожу вокруг головы. Кожу сжать пальцами (через сухую тряпку или предварительно опустив пальцы в соль) и содрать.

У камбалы отрубить голову, вынуть внутренности, снять кожу с темной стороны, отрезать плавники, затем очистить кожу со

светлой стороны.

Потрошение. Рыбу можно потрошить через разрезанное брюшко, через надрез у головы или через спину.

Чаще всего рыбу потрошат через разрезанное брюшко. На брюшке делают продольный разрез от головы до хвостовых плавников и вынимают внутренности.

Через надрез у головы рыбу потрошат в том случае, если ее подготовляют для фарширования или хотят приготовить в неразрезанном виде, так как тогда важно, чтобы брюшко рыбы было целым.

При потрошении делают надрез у головы и перед выходным отверстием. Затем, оставив голову, через надрез у головы вынимают внутренности. У более крупных рыб голову обычно отрезают. В этом случае голову отрезают перед потрошением и вытягивают внутренности.

Через прорезанную спину рыбу потрошат тогда, когда ее готовят для рулета или фарширования. Для этого обычно употребляются рыбы, имеющие крупные спинные плавники, например судак. При потрошении таких рыб с обеих сторон спинного плавника делают надрезы, затем плавники выдергивают и через это отверстие вынимают внутренности.

Приготовленная с жабрами рыба бывает горькой; поэтому при потрошении рыбы жабры удаляют.

Если при потрошении разливается желчь, то рыбу необходимо сразу промыть и место, на которое попала желчь, натереть солью.

Обмывание. Выпотрошенную рыбу следует несколько раз промыть в холодной воде, очистить с позвоночника запекшуюся кровь. При обмывании и потрошении рыбу не следует мять, сгибать, в особенности оттаявшую, так как при этом теряется часть соков, рыба становится сухой и невкусной.

Подготовленную рыбу следует сразу варить или жарить. Хранить ее можно только на льду и не более 12 часов, прикрыв тряпкой, смоченной соленой водой.

Разрезание. Мелкую рыбу жарят и варят неразрезанной, голову оставляют, удаляют только жабры. Крупную рыбу разрезают на куски. Если они получаются слишком толстыми, то перед разделкой на куски рыбу разрезают вдоль пополам.

ПИЩЕВЫЕ РЫБНЫЕ ОТХОДЫ

При разделке рыбы остаются икра, молоки, голова, кости, кожа, плавники, чешуя. Их нужно соответствующим образом

использовать.

Из головы, костей и плавников с добавлением кореньев и пряностей можно сварить рыбный бульон, который употребляется для соусов, супов и заливного.

Икру можно использовать для запеканки из рыбы или для взбитой яичницы, а молоки — для блюд из пропущенной через мясорубку рыбы и для фарша.

Из рыбной чешуи можно приготовить желе. Чешую залить холодной водой, добавить коренья и пряности, варить 2 часа, затем процедить, а если требуется, то добавить желатин и осветлить взбитым яичным белком.

ЩУКА

184. ЩУКА ОТВАРНАЯ ПОД ПОЛЬСКИМ СОУСОМ

1 кг щуки, ½ моркови, 1/4 сельдерея или ½ петрушки, ½ луковицы, 2 лавровых листа, 6 горошин горького и душистого перца, соль, 1—1½ стакана польского соуса.

Очищенную, выпотрошенную и хорошо промытую щуку разрезать на куски.

Коренья очистить, промыть, нарезать, положить в кипящую воду, добавить соль, лавровый лист, перец и варить 7 минут. В приготовленный таким образом кипящий овощной бульон положить в один ряд куски рыбы и варить 20 минут на очень слабом огне. Затем рыбу вынуть шумовкой из бульона и положить боком на подогретое блюдо. Приставить голову и хвост, рядом положить политый сливочным маслом вареный картофель, посыпанный зеленью укропа.

Рыбу залить польским (728), голландским (727), томатным (719) или раковым (730) соусом, приготовленным на рыбном бульоне. Вместо соуса рыбу можно залить растопленным сливочным маслом.

Отдельно подать салат из свежих огурцов, помидоров или капусты.

Таким же образом можно приготовить линя и судака.

185. ЩУКА ОТВАРНАЯ ПОД ГОЛЛАНДСКИМ СОУСОМ

1 кг щуки, 1 морковь, 1 луковица, 2 лавровых листа, 6 горошин перца, соль, 1—1½ стакана голландского соуса, 6 раков, зелень петрушки.

Очищенную щуку выпотрошить через надрез у головы, хорошо промыть, удалить запекшуюся у позвоночника кровь и вынуть жабры. На спине сделать в 3—4 местах поперечные надрезы (они предохраняют рыбу от распадания), положить спинкой вверх в специальную посуду для варки рыбы или в обычную широкую кастрюлю. Залить холодной водой, чтобы она покрывала рыбу, добавить коренья, пряности и соль, очень медленно варить на слабом огне 45—50 минут.

С варенную щуку положить на блюдо (спинкой вверх) и разрезать на куски. Каждый кусок можно украсить ломтиками лимона, рядом положить вареных раков.

Голландский соус (727) подать в соуснике. Вареный картофель, политый сливочным маслом и посыпанный зеленью петрушки, подать отдельно. Если раков не имеется, то картофель положить рядом с рыбой.

Таким же образом можно приготовить линя и судака.

186. ЩУКА ФАРШИРОВАННАЯ С КИСЛО-СЛАДКИМ СОУСОМ

1 кг щуки, 2 ломтика булки, молоко для замачивания булки, 1—2 яйца, 3 луковицы (2 для фарша, 1 для бульона), 1 ст. ложка масла, 2 моркови, 1 петрушка, 1/4 сельдерея, 2 лавровых листа, соль, 12 горошин горького и душистого перца (для фарша и бульона), соль по вкусу, 1 стакан кисло-сладкого соуса.

Щуку очистить от чешуи, выпотрошить через надрез у головы, промыть и снять кожу. Мякоть отделить от костей, пропустить через мясо-рубку вместе с луком, размоченной в молоке булкой и сваренными в бульоне морковью, петрушкой и сельдереем (сваренные в бульоне овощи класть не обязательно). Затем эту массу положить в растертое добела масло и, растирая, добавить яичные желтки, молотый перец, соль. В случае надобности массу можно разбавить бульоном, чтобы она не была крутой. Когда масса станет рыхлой, положить взбитые яичные белки, осторожно перемешать и начинить фаршем кожу рыбы.

Надрез у головы начиненной рыбы зашить, в рыбе сделать наколы, положить в кастрюлю спинкой вверх, добавить коренья, пряности и рыбьи кости, залить холодной водой и варить около 1 часа. Если окажется, что кожа рыбы слишком натянута и может лопнуть, на спине в двух местах сделать неглубокие надрезы.

Сваренную рыбу осторожно вынуть из кастрюли, удалить нитки, разрезать на куски и положить на блюдо. Рядом с рыбой положить горячий гарнир: вареную цветную капусту, зеленый горошек, тушеную морковь. Кисло-сладкий (714), голландский (727) соус или растопленное сливочное масло со сметаной подать отдельно в соуснике.

187. КНЕЛИ ИЗ ЩУКИ

1 кг щуки, 1 ломтик булки без корки, 2 яичных белка, 1 стакан молока или сливок, ½ чайной ложки соли, 1 стакан белого соуса.

Подготовленную щуку разрезать вдоль пополам, вынуть кости, снять кожу, мякоть разрезать на куски, добавить замоченную в молоке булку и 2 раза пропустить через мясорубку. Массу перемешать с яичными белками и отбить молотком, доливая понемногу молоко или сливки, пока она не станет рыхлой. Под конец добавить соль. Приготовленную массу ложкой опускать в кипящий рыбный бульон. Когда кнели сварятся, вынуть их шумовкой, положить в кастрюлю, залить белым (715), раковым (730) или голландским (727) соусом и тушить.

На стол подать с политой растопленным сливочным маслом вареной цветной капустой, спаржей и картофельным пюре.

Приготовленную для кнелей рыбную массу можно сварить иным способом. Скатать ее в валики, завернуть их в марлю и сварить в рыбном бульоне. Затем, сняв марлю, нарезать ломтиками и подать на стол, залив таким же соусом, как и кнели. Приготовленными ломтиками можно также украсить салат или положить их в рыбные супы.

188. ЩУКА ПРИПУЩЕННАЯ (ПАРОВАЯ) ПОД СОУСОМ ИЗ ХРЕНА

1 кг щуки, ½ петрушки, 1 небольшая луковица, соль, 1 лавровый лист, 6 горошин перца, 1 стакан соуса из хрена, зелень петрушки для украшения.

Подготовленную щуку разрезать на куски, посолить, положить в один ряд в кастрюлю и залить горячим бульоном из кореньев и пряностей; куски рыбы должны быть погружены в него на 1/4—1/3. Плотно накрыть кастрюлю крышкой и медленно варить рыбу (20 минут).

Щуку подать на стол с вареным картофелем, политым сливочным маслом. Из бульона, в котором варилась щука, приготовить соус с хреном (724) и залить им рыбу. Если бульона много, его надо прокипятить, чтобы часть жидкости испарилась.

189. ЩУКА ПРИПУЩЕННАЯ (ПАРОВАЯ) С ГРИБАМИ

1 кг щуки, соль, 1 стакан отваренных боровиков, 1—1½ стакана белого соуса с вином.

Для бульона: ½ петрушки, 1 небольшая луковица, перец, 2 лавровых листа, соль.

Для гренок: 2 булочки, ½ ст. ложки масла.

Большую щуку очистить, выпотрошить, промыть и вынуть кости. Посолить, сложить обе половины, разрезать на куски. Затем положить рыбу в один ряд в кастрюлю, в промежутки положить отваренные грибы и залить процеженным бульоном, сваренным из кореньев, пряностей и рыбьих костей. Рыба должна быть залита на 1/4—1/3. Добавить немолотый душистый перец, лавровый лист и варить в накрытой крышкой кастрюле, пока рыба не станет мягкой.

Вареную щуку положить на блюдо, под каждый кусок положить гренку и залить белым соусом с вином (717). Каждый кусок рыбы украсить вареными грибами. На них можно также положить по вареной раковой шейке (очищенной) или ломтик лимона.

В качестве горячего гарнира подать вареные грибы и вареный картофель.

190. РУЛЕТ ТУШЕНЫЙ (ИЗ ЩУКИ)

1 кг щуки, 1 луковица, 1 морковь, 2 лавровых листа, 6 горошин перца, ½ стакана муки, 1 ст. ложка масла, ½—1 стакан сметаны.

Из подготовленной (с неразрезанной спиной) щуки вынуть кости. Разрезать ее поперек на продолговатые куски, каждый кусок посолить, намазать приготовленным фаршем, свернуть рулетом и закрепить лучинкой. Затем обвалять рулеты в муке, поджарить на масле, залить бульоном, добавить сметану, перец, лавровый лист и тушить 20—30 минут.

Перед подачей на стол из рулетов вынуть лучинки. Рулеты уложить на блюдо и залить соусом. К ним можно подать горячий политый сливочным маслом вареный зеленый горошек, цветную капусту и вареный картофель.

Фарш для рулетов приготовить так же, как для жареного рулета из щуки (192).

191. ЩУКА ЖАРЕНАЯ

1 кг щуки, ½ стакана муки, 1/3 стакана подсолнечного масла или 1 ст. ложка топленого масла, молотый перец, соль, 2 стакана кисло-сладкого соуса.

Подготовленную щуку разрезать на куски, посыпать солью, молотым перцем, обвалять в муке и с обеих сторон поджарить на хорошо разогретом растительном или сливочном масле. Затем поставить на 15 минут дожариваться в духовку.

Можно также жарить щуку, обвалянную в сухарях. Подготовленные куски щуки слегка посыпать мукой, смочить в яйце, взбитом с небольшим количеством соли и молока, обвалять в сухарях и жарить на масле.

Жареную щуку положить на блюдо и полить растопленным сливочным маслом. Рядом с ней, в качестве горячего гарнира, положить вареный картофель или картофельное пюре.

К щуке можно подать сметанный (721) или кисло-сладкий соус (714). Его можно подать в соуснике или же налить соус вокруг рыбы так, чтобы была видна красиво поджаренная щука.

Отдельно подать салат из свежей капусты или какой-либо другой зеленый салат.

192. РУЛЕТ ЖАРЕНЫЙ (ИЗ ЩУКИ)

1—1,5 кг небольших щук, 2 ст. ложки масла для жаренья, молотый перец, соль, зелень петрушки, 1½ стакана ракового соуса.

Д л я ф а р ш а: 1 луковица, 1 ст. ложка масла, 2 ломтика булки, молоко для замачивания булки, 2 крутых яйца, 100 г свежих или маринованных грибов, соль, молотый перец.

Молодых щук очистить, выпотрошить, промыть и разрезать вдоль так, чтобы с одной половиной осталась голова, а с другой — хвост; кости вынуть. Половинки щуки посыпать солью, молотым перцем, намазать приготовленным фаршем и свернуть так, чтобы голова и хвост рыбы остались снаружи. Рулеты закрепить лучинкой, положить на сковороду с хорошо разогретым маслом и жарить, пока они не подрумянятся. Затем в накрытой посуде жарить их 20 минут в духовке.

Фарш для рулета приготовить следующим образом. Масло растереть добела, добавить замоченную в молоке булку, порубленные крутые яйца, нарезанные тонкими продолговатыми кусками слегка тушеные свежие или маринованные грибы, мелко нарубленный поджаренный лук, соль, молотый перец, все растереть и приготовленной массой намазать половинки рыбы.

Перед подачей на стол жареные рулеты уложить на подогретое блюдо, обложить вареной цветной капустой, спаржей и спаржевой фасолью и украсить раковыми шейками или зеленью петрушки.

Рулеты и вареные овощи полить соком, образовавшимся при жареньи.

В соуснике подать раковый соус (730).

КАРП, КАРАСЬ, ЛЕЩ, ЛИНЬ

193. КАРП, ЛЕЩ ИЛИ ЛИНЬ, ОТВАРЕННЫЕ В МОЛОКЕ

1 кг карпов, лещей или линей, 2—3 стакана молока, 3—4 луковицы, ½—1/3 стакана подсолнечного масла, 2 лавровых листа, перец, соль.

Для соуса: ½ ст. ложки муки, ½ ст. ложки масла, зелень петрушки.

Подготовленную рыбу разрезать на куски, положить в один ряд в кастрюлю, посыпать нарезанным луком, перцем, лавровым листом, добавить соль, растительное масло, залить молоком и, накрыв кастрюлю, варить ½ часа.

Перед подачей на стол рыбу уложить на блюдо, залить тем же бульоном, в котором она варилась, или приготовленным из него соусом.

Предназначенную для соуса муку поджарить на сливочном масле, разбавить процеженным рыбным бульоном (лук протереть) и немного поварить. Добавить масло и мелко нарезанную зелень петрушки, соус еще немного подогреть. Отваренную рыбу, залитую соусом, подать с вареным картофелем или картофельным пюре.

194. КАРП, КАРАСЬ, ЛЕЩ ИЛИ ЛИНЬ, ТУШЕННЫЕ (ПРИПУЩЕННЫЕ) В СЛИВКАХ

1 кг рыбы, 3 луковицы, 1 морковь, 8 горошин перца, 2 лавровых листа, соль, 1 стакан сливок, 1 ст. ложка масла или 100 г шпика.

Подготовленную рыбу разрезать на куски, посолить, положить в один ряд в кастрюлю, добавить очищенные нарезанные коренья, лавровый лист, перец, залить 2 стаканами горячей воды или рыбного бульона и тушить. Под конец влить горячие сливки и добавить сливочное масло. Вместо масла можно положить мелко нарезанное свежее сало (шпик). Шпик положить перед тушением вместе с овощами.

На стол подать с вареным картофелем; рыбу залить тем же бульоном.

195. ЛЕЩ ИЛИ КАРАСЬ, ТУШЕННЫЕ (ПРИПУЩЕННЫЕ) В ХРЕНЕ

1 кг рыбы, 1 ст. ложка масла, ½ ст. ложки муки, 1 стакан сметаны, 1 стакан натертого хрена, 2 лавровых листа, 6 горошин перца, уксус, сахар, соль.

Подготовленную рыбу разрезать на куски, посолить и посыпать молотым перцем. Затем в кастрюле растопить масло, положить в один ряд рыбу, посыпать ее тертым хреном, лавровым листом, влить немного горячего овощного бульона и тушить.

Муку поджарить на масле, разбавить бульоном (отлив часть его с рыбы), немного поварить, добавить сметану, соль, уксус, немного сахара, залить находящуюся в кастрюле рыбу и тушить еще несколько минут.

Рыбу подать на стол с вареным картофелем или картофельным пюре.

Таким же образом можно приготовить карася, линя, треску или другую рыбу.

196. КАРП, ЛЕЩ, ЛИНЬ ИЛИ ТРЕСКА, ФАРШИРОВАННЫЕ КУСКАМИ

1 кг рыбы, 1 ломтик булки, ½ стакана молока, 1 луковица, 1 ст. ложка масла, 1 яйцо, 1 долька чеснока, 1 морковь, ½ петрушки, 1 лавровый лист, молотый перец, соль.

Для соуса: ½ ст. ложки муки, ½ ст. ложки масла, 1 ст. ложка томатного пюре, 2 ст. ложки сметаны.

Очищенную рыбу выпотрошить через надрез у головы, не разрезая брюшка; удалить жабры, рыбу промыть, разрезать на куски.

Из каждого куска вырезать мякоть, находящуюся на спине между хребтом и кожей, оставив хребтовую кость.

Вырезанную мякоть пропустить через мясорубку или порубить вместе с замоченной в молоке булкой, добавить натертый чеснок, поджаренный на масле лук, молотый перец, соль, яйцо и все перемешать. Приготовленным фаршем начинить пустые места в каждом куске, концы смазать яичным белком, чтобы фарш лучше держался; положить куски в один ряд в кастрюлю. Добавить пряности, нарезанные коренья (их можно поджарить на масле), влить бульон и тушить (припустить).

Готовую рыбу уложить на блюдо, приставить. голову и хвост. Рядом положить вареный картофель или картофельное пюре.

Поджаренную на масле муку разбавить процеженным соком, оставшимся от тушения рыбы, добавить томатное пюре, сметану и подогреть до кипения. Приготовленным соусом залить рыбу.

Отдельно подать салат из свежей капусты или другой зеленый салат.

197. ЛИНЬ, ТУШЕННЫЙ (ПРИПУЩЕННЫЙ) С ГРИБАМИ В ВИНЕ

1 кг линя, 1 ст. ложка масла, 2 стакана отваренных свежих боровиков, 2 луковицы, 2 стакана белого вина, душистый перец, соль.

Д л я с о у с а: ½ ст. ложки муки, 1 ст. ложка масла, 1 яичный желток, 1/4 лимонной корки.

Подготовленного линя разрезать на куски, посыпать солью, молотым перцем, положить в кастрюлю вместе с поджаренными на масле грибами и луком (можно и не поджаривать), залить вином и тушить (припустить).

Муку поджарить на масле, добавить тертую лимонную корку, разбавить соком, образовавшимся от тушения рыбы, и, помешивая, немного поварить. Затем снять посуду с огня, вложить яичный желток и, размешивая, еще немного подогреть. Приготовленным соусом залить положенного на блюдо линя, рядом с ним положить тушеные грибы.

198. КАРП, ТУШЕНЫЙ (ПРИПУЩЕННЫЙ) В ПИВЕ

1 кг карпа, ½ стакана пива, 1 стакан разбавленного уксуса, 1 горсть изюма или сушеных яблок, ½ лимонной корки или несколько гвоздик, 1 стакан крошек белого хлеба, 6 горошин душистого перца, 6 горошин горького перца, соль, 1 ст. ложка масла.

Подготовленного карпа разрезать на куски, посолить, посыпать молотым перцем, залить разбавленным уксусом и поставить на полчаса в холодное место.

В кастрюле подогреть до кипения пиво, положить масло и, когда оно растает, вложить рыбу с уксусом и пряностями, всыпать подсушенные хлебные крошки и тушить (припустить) в закрытой кастрюле в течение 30—40 минут. Под конец положить часть натертой лимонной корки и изюм. В случае отсутствия изюма положить мелко нарезанные сушеные яблоки.

Приготовленного карпа можно подать на стол в горячем или в холодном виде. В последнем случае вместо сливочного масла лучше употреблять растительное масло.

Таким же образом можно приготовить треску и камбалу.

199. КАРП, КАРАСЬ, ЛЕЩ ИЛИ ЛИНЬ ЖАРЕНЫЕ С ТУШЕНОЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ

1 кг рыбы, ½ стакана муки, ½ стакана растительного масла и 1 ст. ложка сливочного масла, молотый перец, соль, 500 г вареного картофеля, 500 г тушеной капусты.

Подготовленную рыбу, если она большая, разрезать вдоль пополам, нарезать кусками, посыпать солью, перцем, обвалять в муке и поджарить на масле. Затем на несколько минут поставить в духовку для дожаривания.

Перед подачей на стол рыбу залить растопленным сливочным маслом и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Рядом положить тушеную квашеную или свежую капусту и поджаренный на растительном масле вареный картофель.

200. КАРП, ЛЕЩ, КАРАСЬ ИЛИ ЛИНЬ ЖАРЕНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ

1 кг рыбы, ½ стакана муки, ½ стакана растительного масла или 1 ст. ложка сливочного масла, молотый перец, соль, 1—1½ стакана томатного соуса.

Подготовленную рыбу разрезать на куски, посыпать солью, перцем, обвалять в муке и поджарить на растительном или сливочном масле. Затем залить томатным (719), сметанным (721) соусом, сметанным соусом с луком (723) или соусом с хреном (724) и подогревать в течение 5 минут.

В качестве горячего гарнира подать картофельное пюре, вареный или жареный картофель. Рыбу, приготовленную в томатном соусе, можно подать с рисовой кашей.

УГОРЬ, НАЛИМ

201. УГОРЬ, ТУШЕННЫЙ (ПРИПУЩЕННЫЙ) В ВИНЕ

1 кг угря, 1 петрушка или морковь, 1 луковица, 2 стакана вина, 2 лавровых листа, 6 горошин перца, соль, 1½ стакана белого соуса с вином, зелень петрушки, 1 стакан бульона, 1 стакан вареных боровиков.

С угря снять кожу, выпотрошить его, промыть, разрезать на куски и посолить. Положить в один ряд в кастрюлю, посыпать нарезанными кореньями и пряностями, а также, если имеются, добавить отваренные в подсоленной воде свежие боровики, влить горячий бульон, вино и тушить (припустить).

Перед подачей на стол положить угря на блюдо и залить белым соусом с вином (717) или кисло-сладким соусом (714). Рядом положить вареный картофель, а края блюда украсить зеленью петрушки. Под каждый кусок угря можно положить ломтик гренок из булки, а сверху украсить вареными раковыми шейками.

202. УГОРЬ ЖАРЕНЫЙ

1 кг угря, 1 яйцо, 1 стакан сухарей, 1 ст. ложка масла, соль, молотый перец, 1 стакан томатного соуса.

С угря снять кожу, выпотрошить его, промыть, разрезать на куски, посыпать их солью, перцем, смочить взбитым яйцом, обвалять в сухарях или муке и поджарить на масле. Затем залить томатным соусом (719) и несколько минут тушить.

Молодого угря можно жарить, не снимая кожи. Перед жареньем кожу нужно хорошо поскоблить ножом, натереть солью и промыть.

Жареного угря подать на стол с картофельным пюре или жареным картофелем. Отдельно подать салат из свежей капусты или какой-либо другой салат.

Жареного угря, залитого холодным томатным соусом (684) или маринадом, можно подавать в качестве холодной закуски.

203. НАЛИМ, ТУШЕННЫЙ С ГРИБАМИ И ОГУРЦАМИ

1 кг налима, 2 ст. ложки масла, ½ стакана муки, 1 стакан вина, 2 стакана очищенных отваренных боровиков, 1 луковица, 1 огурец, перец, соль, зелень петрушки, 1 стакан бульона.

Подготовленного налима разрезать на куски, посыпать солью, перцем, обвалять в муке и поджарить на масле. Затем эти куски положить в кастрюлю вместе с поджаренным на масле нарубленным луком, грибами, огурцами и печенкой налима, влить горячий овощной бульон, вино и тушить.

Перед подачей на стол положить тушеного налима на блюдо вместе с тушеными боровиками, огурцами и залить тем же соком, в котором он тушился, затем посыпать зеленью петрушки.

НАЛИМ ЖАРЕНЫЙ

У налима толстая кожа, и поэтому перед приготовлением ее следует снять. Жарить налима так же, как щуку.

РЯПУШКА, СНЕТОК, ОКУНЬ

204. РЯПУШКА ИЛИ СНЕТОК ЖАРЕНЫЕ

1 кг ряпушки или снетка, 1 яйцо, соль, 1 стакан сухарей, 2 ст. ложки сливочного масла или ½ стакана растительного масла, молоко.

Ряпушку очистить от чешуи, выпотрошить (не отрезая головы) и промыть. Чтобы рыба при жарении не распадалась, спинку нужно надрезать. Посоленную ряпушку смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством соли и молока, обвалять в сухарях или в муке и поджарить с обеих сторон на разогретом масле, пока она не подрумянится.

Подать на стол с поджаренным вареным картофелем. Отдельно можно подать соус из хрена или томатный соус.

Таким же образом жарят снетка, миногу и другую мелкую рыбу. Эти сорта рыбы вкуснее всего в жареном виде.

205. ОКУНЬ, ТУШЕННЫЙ СО СВИНЫМ САЛОМ И КАРТОФЕЛЕМ

1 кг небольших окуней, 150 г свежего сала или копченого шпика, 6 картофелин, 3 луковицы, ½—1 стакана сметаны, перец, лавровый лист, соль, бульон.

Маленьких окуней очистить от чешуи, выпотрошить (головы оставить) и хорошо промыть. В кастрюлю положить слой нарезанного кружочками сырого картофеля, слой окуней. Намазать их сметаной, посыпать луком, перцем, солью, лавровым листом и обложить кусочками мелко нарезанного шпика. Сверху таким же образом можно снова положить ряды картофеля и окуней. Влить бульон и тушить в печке или духовке, пока кости окуней не размягчатся.

ТРЕСКА, КАМБАЛА

206. ТРЕСКА. ОТВАРЕННАЯ В МОЛОКЕ

1 кг трески, 2—3 стакана молока, 4 луковицы, 2 лавровых листа, 12 горошин пер ца, соль, зелень петрушки.

Подготовленную треску разрезать вдоль пополам, вынуть большие кости, разрезать треску на куски и положить в кастрюлю. Залить холодной водой и два раза вскипятить, после каждого кипячения сменять воду. Второй разделив воду, посыпать рыбу нарезанным луком, лавровым листом, перцем, солью, залить горячим молоком и сварить.

Перед подачей на стол рыбу положить на блюдо и залить бульоном.

207. ТРЕСКА ИЛИ КАМБАЛА, ТУШЕННЫЕ С КАПУСТОЙ

1 кг трески или камбалы, ½ стакана муки, ½ стакана растительного масла или ½—1 ст. ложка сала, 1 луковица, 1 литр квашеной капусты или 1 небольшой кочан свежей капусты, соль, сахар.

Подготовленную треску или камбалу разрезать на куски (кости можно вынуть), посолить, обвалять в муке и поджарить на растительном масле или топленом сале.

Квашеную или свежую капусту тушить, добавив лук, растительное масло, сахар и немного воды.

В кастрюлю положить слоями тушеную капусту и поджаренную треску. Все залить томатным соусом (719), поставить в духовку и тушить.

Подать с вареным картофелем.

208. ШНИЦЕЛЬ ИЗ ТРЕСКИ

1 кг трески, молотый перец, соль, 1 ст. ложка муки, 1 яйцо, ½ стакана сухарей, сливочное масло или топленое сало для жаренья.

Подготовленную рыбу разрезать пополам, удалить кости и снять кожу. Мякоть рыбы порубить сечкой, разделать шницели овальной формы толщиной 0,5 см (по 1 на каждого человека), посыпать их солью и перцем. Затем смазать сливочным или растительным маслом, посыпать мукой, смочить взбитым яйцом, обвалять в сухарях и поджарить на хорошо разогретом сале или сливочном масле.

Перед подачей на стол залить растопленным сливочным маслом, рядом положить жареный картофель или картофельное пюре. Соус из хрена (724) или томатный соус (719) подать отдельно.

209. КОТЛЕТЫ ИЗ ТРЕСКИ

1 кг трески, 2 ломтика булки, 1 стакан молока, 1 луковица, 1 яйцо, ½ стакана сухарей или муки, ½ стакана растительного масла и 1 ст. ложка сливочного масла, молотый перец, соль, 1 стакан сметанного соуса.

Подготовленную треску разрезать вдоль пополам, удалить кости, снять кожу. Мякоть вместе с замоченной в молоке булкой и поджаренным на сливочном или растительном масле луком пропустить через мясорубку, добавить молотый перец, если требуется — соль, яйцо, все хорошо перемешать и разделать котлеты. Обвалять их в сухарях или в муке и зажарить на растительном масле. Затем на несколько минут поставить в духовку для дожаривания.

Перед подачей на стол котлеты положить на блюдо, залить сметанным соусом (721) или растопленным сливочным маслом. Рядом положить вареный картофель, картофельное пюре или тушеную свежую капусту.

Таким же образом делают котлеты из щуки, судака и другой рыбы.

210. ЖАРКОЕ ИЗ РУБЛЕНОЙ ТРЕСКИ

1 кг трески, 2 ломтика булки, 1 стакан молока, 2 луковицы, 1 яйцо, 2 ст. ложки растительного масла, молотый перец, соль (если треска несоленая), 2 ст. ложки сухарей, 1—1½ стакана сметанного соуса.

Приготовить массу из пропущенной через мясорубку трески, как для котлет (209), сделать из нее продолговатый батон, положить на смазанный жиром противень, поверхность смазать яйцом, посыпать сухарями, сделать в 2—3 местах наколы, чтобы мог выйти воздух, и жарить 45 — 60 минут в духовке.

Перед подачей на стол жаркое нарезать ломтиками толщиной 1,5 см и положить на блюдо. Рядом положить картофельное пюре или вареный картофель. Сметанный (721) или томатный (719) соус подать отдельно. К жаркому подходит салат из свежей капусты, огурцов или помидоров. Жаркое можно подавать и в холодном виде.

Таким же образом можно приготовить жаркое из рубленой щуки, судака или другой рыбы.

211. ТРЕСКА ИЛИ КАМБАЛА ЗАПЕЧЕННЫЕ

500 г трески или камбалы, 2 ст. ложки муки, 3 ст. ложки растительного масла и ½ ст. ложки сливочного масла, 1—2 луковицы, 4 вареные картофелины, молотый перец, соль, 1 стакан сметанного соуса.

Подготовленную треску разрезать вдоль пополам, удалить кости (не обязательно), разрезать на куски, посыпать солью, перцем, обвалять в муке и поджарить на растительном масле.

Посуду, предназначенную для запеканки, или алюминиевую сковороду смазать сливочным маслом, положить куски обжаренной трески, посыпать поджаренным луком, вокруг почти вертикально положить кружочки вареного картофеля, залить сметанным соусом (721) и запечь в духовке.

Вместо лука в запеканку можно положить поджаренные вареные грибы.

На стол подать в той же посуде, в которой рыба запекалась.

Таким же образом можно запечь камбалу, щуку или другую рыбу.

212. КАМБАЛА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ

1 кг камбалы, ½ стакана муки, 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки натертого сыра, 1 стакан гречневой крупы, ½ ст. ложки сливочного масла или маргарина, перец, соль, 1—1½ стакана томатного соуса.

Подготовленную камбалу разрезать на куски, посыпать солью, перцем, обвалять в муке и поджарить на растительном или сливочном масле.

Предназначенную для запеканки посуду или алюминиевую сковороду смазать жиром, положить рассыпчатую гречневую, рисовую или перловую кашу, посередине сделать углубление и положить в него обжаренную камбалу. Все залить томатным соусом (719), посыпать тертым сыром, обложить маленькими кусочками сливочного масла или маргарина и запекать в духовке 20—30 минут, пока поверхность не зарумянится.

Для улучшения вкуса в гречневую или другую кашу или же в томатный соус можно добавить обжаренные вареные грибы.

Таким же образом можно приготовить треску, карася или другую рыбу.

СЕЛЬДЬ

213. СЕЛЬДЬ ФАРШИРОВАННАЯ ЖАРЕНАЯ

3 селедки, 2 луковицы, 1 ст. ложка сливочного масла, ½ стакана сухарей, 2 яйца, 2 ст. ложки растительного масла, молотый перец.

Сельдь хорошо вымочить сменяя воду. Затем выпотрошить ее и удалить кости, не разделяя селедку пополам (кожу оставить).

Масло растереть добела, добавить соскобленные молоки, мелко нарубленный лук, 2 ст. ложки сухарей, перец, все растереть. Намазать этой массой селедку положенную мякотью кверху. Затем обе половинки селедки сложить. Фаршированную селедку смочить взбитым яйцом, обвалять в сухарях и поджарить на растительном или сливочном масле.

214. СЕЛЬДЬ В ТЕСТЕ

3 небольшие селедки, 1 ст. ложка растительного масла, 1 яйцо, ½ стакана муки, 2 ст. ложки сметаны, зелень петрушки, лимонная кислота или уксус, растительное или топленое масло для жаренья.

Селедку хорошо вымочить, выпотрошить, снять кожу, удалить кости, разделить на две части или же не разделенную пополам селедку разрезать на куски. Каждую половинку селедки смазать растительным маслом, смочить лимонной кислотой, посыпать зеленью петрушки и оставить на полчаса, чтобы селедка замариновалась.

Предназначенный для теста яичный желток растереть, добавить растительное масло, сметану, муку, все перемешать и ввести взбитый яичный белок. Затем куски или половинки селедки обмакнуть в тесто, положить на сковороду с большим количеством хорошо разогретого растительного масла и поджарить с обеих сторон.

Зажаренную в тесте селедку залить растопленным сливочным маслом и подать с вареным или жареным картофелем.

215. ЗАПЕКАНКА ИЗ СЕЛЬДИ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ

3 селедки, 6 картофелин, 2 луковицы, ½ литра квашеной капусты, ½ стакана растительного масла или растопленного сливочного масла, сахар, 1 стакан сметаны, сухари.

Селедку хорошо вымочить, выпотрошить, удалить кости и разрезать ее на куски.

Квашеную капусту с растительным маслом, поджаренным луком, сахаром и небольшим количеством воды тушить в закрытой кастрюле, время от времени помешивая. Во время тушения в капусту можно добавить поджаренные на растительном масле вареные грибы.

Картофель сварить, нарезать кружочками и обжарить на растительном масле.

Затем в смазанную жиром посуду для запеканки или мисочку положить в один ряд картофель, на него — слой тушеной капусты, затем — слой селедки, слой картофеля и т. д. Все залить сметаной, сметанным (721) или томатным (719) соусом, посыпать сухарями и запекать в духовке 25—30 минут.

216. ЗАПЕКАНКА ИЗ СЕЛЬДИ (ФОРШМАК)

2 селедки, 3 ст. ложки белых сухарей, 1 луковица, 1 ст. ложка масла, молотый перец, ½ стакана сметаны, 1—2 яйца, 4 вареные картофелины, 1 тертое яблоко, 1½ стакана грибного соуса.

Селедку вымочить, снять кожу, выпотрошить, удалить кости и порубить.

Картофель сварить, размять, добавить поджаренный на масле лук, селедку, молотый перец, взбитые яйца, сухари, сметану, тертое яблоко. Все перемешать, выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями мисочку. Сверху смазать яйцом и 25—30 минут запекать в духовке.

На стол подать с соусом из грибов (726), хрена (724) или томатным (719) соусом.

СУДАК

Судак — пресноводная рыба. Его мясо вкусное, некостистое. Из судака приготовляют такие же блюда, как из щуки.

217. СУДАК ОТВАРНОЙ

1 кг судака, ½ моркови, ½ луковицы, 2 лавровых листа, 6 горошин перца, соль, 1—1½ стакана голландского соуса, зелень петрушки.

Очищенного от чешуи, выпотрошенного и промытого судака разрезать на куски, положить в один ряд в кастрюлю, залить горячим бульоном из кореньев и пряностей и варить на очень слабом огне полчаса, пока мякоть не станет мягкой.

Перед подачей на стол рыбу вынуть из бульона, положить на блюдо, залить голландским соусом (727), соусом из хрена (724), кисло-сладким соусом (714) или раковым соусом (730). Вареный картофель положить рядом с рыбой. Куски рыбы можно украсить вареными (очищенными)раковыми шейками, ломтиками лимона или посыпать зеленью петрушки.

Отдельно подать зеленый салат.

218. СУДАК ЖАРЕНЫЙ

1 кг судака, ½ стакана муки, 2/3 стакана подсолнечного масла и 1 ст. ложка сливочного масла, соль, молотый перец, 1/4 лимонной корки, зелень петрушки для украшения.

Очищенного от чешуи, выпотрошенного и промытого судака разрезать вдоль пополам, удалить плавники и хребтовую кость, затем разрезать поперек на куски. Посыпать их солью, молотым перцем, обвалять в муке и поджарить с обеих сторон на растительном или сливочном масле, пока поверхность не подрумянится.

Жареного судака уложить на подогретое блюдо, полить подогретым сливочным маслом с натертой лимонной коркой. Рядом положить жареный картофель. Края блюда украсить зеленью петрушки.

219. СУДАК В ТЕСТЕ

1 кг судака, соль, молотый перец, 2 ст. ложки растительного масла для смачивания, зелень петрушки, растительное масло, топленое свиное сало или другой жир для жаренья, лимонная кислота, 1 стакан томатного соуса.

Д л я т е с т а: 1½ стакана муки, 2 ст. ложки растительного масла или ½ ст. ложки сливочного масла, 1 неполный стакан молока или сметаны, 2 яйца, 1 чайная ложка сахара, соль.

Очищенного, выпотрошенного и промытого судака разрезать вдоль спины на две половины, снять кожу и удалить кости. Мякоть разрезать на куски не толще 2 см, обмакнуть в растительное масло, положить в глиняную миску, полить лимонной кислотой или лимонным соком, посыпать зеленью петрушки, солью, перцем и оставить на 15 минут, чтобы рыба замариновалась.

Предназначенную для теста муку смешать с молоком, добавить яичные желтки, растительное масло, соль, сахар, хорошо растереть и, осторожно перемешивая, ввести взбитые яичные белки. Вместо масла можно взять сметану. В этом случае вместо растительного масла употреблять сливочное масло. Сначала масло растереть с сахаром и яичными желтками, затем положить муку и другие добавления. Тесто должно быть густоты хорошей сметаны.

Затем каждый кусок рыбы, держа его на вилке, обмакнуть в тесто, положить в большое количество хорошо разогретого жира и жарить, пока поверхность теста не станет золотистого цвета.

Жареную рыбу сразу подать на стол. Уложить ее на подогретое блюдо в виде конуса, посыпать зеленью петрушки и обложить ломтиками лимона (если имеется).

Горячий томатный соус (719) подать в соуснике.

220. РУЛЕТ ИЗ СУДАКА С СУХАРЯМИ

1 кг судака, ½ стакана муки, 1 яйцо, ½ стакана сухарей, соль, молотый перец, 1 стакан растительного масла для жаренья.

Подготовленную рыбу разрезать вдоль пополам, снять кожу, удалить кости. Нарезать мякоть полосами и посыпать их солью и молотым перцем. Затем посыпать мукой, смочить взбитым яйцом, обвалять в сухарях и свернуть в рулеты. Чтобы они не распались, заколоть каждый рулет лучинкой. Если полосы рыбы длинные, то можно каждую полосу завертывать, начиная с обоих концов, пока не сойдутся оба рулета. Посередине проткнуть их лучинкой, чтобы они не развертывались.

Приготовленные рулеты положить в большое количество хорошо разогретого жира и жарить их 3—5 минут. Когда поверхность хорошо прожарится вынуть рулеты шумовкой из жира и на несколько минут положить в духовку для дожаривания.

Рулеты подать на стол на подогретом блюде. Лучинки вынуть. рядом с рулетами положить жареный картофель. Залить маслом или подать отдельно томатный соус (719).

Такие рулеты можно приготовить и из щуки.

ОСЕТРОВЫЕ РЫБЫ

Осетровые рыбы — севрюга, белуга, осетр — живут в море и только во время нереста уходят в реки. Стерлядь также принадлежит к семье осетровых рыб, но она живет в реках. Осетровые рыбы имеют костяно-хрящевой скелет и покрыты костной чешуей-жучками, расположенными в 5 рядов на поверхности кожи. Эти рыбы очень крупные, и хозяйки предпочитают покупать их разрезанными на куски. Перед приготовлением мороженой рыбе необходимо дать оттаять при комнатной температуре. Чтобы легче было удалить чешую, и также чтобы во время варки рыба не покрылась белками и куски сохранили красивый вид (чтобы рыба не стягивалась и не отставала панировка), ее надо предварительно ошпарить— погрузить на 2—3 минуты в кипяток. Вынув рыбу, необходимо сразу удалить жучки, затем обмыть рыбу в холодной воде. Кожу и хрящи обычно удаляют после варки, жаренья или припускания.

Стерлядь — самая маленькая из осетровых рыб (она весит около 1 кг); ее продают в невыпотрошенном виде. У оттаявшей стерляди следует удалить чешую, выпотрошить, выдернуть вязигу, удалить жабры, обмыть рыбу холодной водой и разрезать на меньшие куски.

Из осетровых рыб приготовляют вареные, тушеные и запеченные блюда. Отваривают или жарят их как крупными, так и мелкими кусками. Большие куски рыбы можно жарить в духовке, как жаркое. Блюда из небольших кусков осетровых рыб приготовляются таким же образом, как из судака или щуки. Бульон, оставшийся от варки или припускания рыбы, употребляется для соусов. Из головизны и хрящей варят суп, приготовляют начинку.

221. ОСЕТР, СЕВРЮГА, СТЕРЛЯДЬ ОТВАРНЫЕ

1 кг осетрины, севрюги, стерляди, 1 морковь, ½ луковицы, ½ петрушки, перец, 2 лавровых листа, соль, 1 стакан голландского соуса.

Подготовленную, разрезанную на большие куски осетрину ошпарить, положить в один ряд в кастрюлю кожей вниз, добавить нарезанные коренья и пряности, залить холодной водой и нагревать на слабом огне, пока не закипит. Затем снять кастрюлю с огня и варить при слабом кипении, пока рыба не станет мягкой.

Куски вареной осетрины осторожно вынуть, удалить хрящи, кожу (если они ранее не были удалены), разрезать на более мелкие куски, положить на блюдо и залить горячим голландским (727), польским (728) соусом или соусом из хрена (724).

В качестве горячего гарнира подают вареный картофеле вареный зеленый горошек, тушеную морковь или картофельное пюре.

Таким же образом варят стерлядь и севрюгу. Перед приготовлением ошпаривать кипятком стерлядь не нужно; вязигу следует выдернуть.

222. СЕВРЮГА ИЛИ ОСЕТРИНА ЗАПЕЧЕННЫЕ

1 кг севрюги или осетрины, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка масла, соль, зелень петрушки.

Ошпаренный, очищенный от чешуи и обмытый кусок осетрины положить кожей вниз на смазанный маслом противень, сверху намазать сметаной, посолить, полить растопленным сливочным маслом и запекать 30—40 минут в духовке.

Перед подачей на стол разрезать на кусочки и положить на блюдо. Рядом положить жареный картофель, края блюда украсить зеленью петрушки. Полить соком, в котором осетрина запекалась.

Таким же образом приготовляется севрюга.

РАКИ

Мясо раков белого цвета и имеет приятный, нежный вкус. Оно содержит до 16 процентов белков и до 0,5 процента жиров.

Раки наших рек и озер вкуснее всего бывают весной, а летом их -мясо становится хуже на вкус.

Более крупные раки лучше, их мясо вкуснее.

Для варки следует брать только живых раков. Если шейка вареного рака согнута, то это значит, что он варился живым; если же она прямая, то он был сварен неживым.

Раки употребляются для приготовления супов, соусов и салатов. Вареные шейки подают как гарнир к рыбным блюдам. Кроме того, вареные раки хороши к пиву.

223. РАКИ ОТВАРНЫЕ

12 раков, 1 ст. ложка соли, 12 горошин перца, 2 лавровых листа, зелень укропа (не обязательно), зелень петрушки для украшения.

Живых раков хорошо обмыть холодной водой, чтобы на них не осталось ила. Затем положить их в кипящую подсоленную воду, добавить перец, лавровый лист, по желанию — укроп и в закрытой кастрюле варить 7—10 минут, пока раки не станут красными.

Перед подачей на стол положить раков на блюдо, покрытое салфеткой. Промежутки украсить зеленью сельдерея или петрушки.

224. РАКИ ОТВАРНЫЕ С КОРЕНЬЯМИ

12 раков, 1 морковь, 1 петрушка, 1 луковица, укроп (не обязательно), 2 лавровых листа, 12 горошин перца, соль.

Раков сварить в бульоне из кореньев и пряностей. Во время варки можно добавить ½ стакана красного вина.

Вареных раков подать в суповой вазе или салатнике, залив тем же бульоном.

225. РАКИ ОТВАРНЫЕ В ПИВЕ ИЛИ В КВАСЕ

12 раков, ½ ст. ложки соли, ½ литра пива, 1—2 стакана воды, 6 горошин перца, 1 лавровый лист.

Воду с пряностями вскипятить, влить пиво и, когда оно закипит, положить раков. Варить 7—10 минут.

Вареных раков подать в суповой вазе или салатнике в горячем виде, залив их пивом, в котором они варились.

Раков можно также варить в квасе, не разбавляя его водой.

226. РАКИ ОТВАРНЫЕ В ВИНЕ

12 раков, 1—1½ стакана вина, соль.

Обмытых раков положить в кипящую подсоленную воду и варить 1—2 минуты. Вынуть, залить вином и варить в закрытой кастрюле, время от времени встряхивая ее.

Перед подачей на стол положить горячих раков в салатник и залить вином, в котором они варились, или охладить в вине и подать в сухом виде на блюде. Оставшееся вино использовать для соусов и супов.

227. РАКОВЫЕ ШЕЙКИ В ГОЛЛАНДСКОМ СОУСЕ

20 раков, соль, 1 стакан голландского соуса.

Раков сварить в подсоленной воде, с лапок и шеек удалить скорлупу, шейки очистить, залить голландским соусом (727) и подогреть до кипения. Для улучшения вкуса к раковым шейкам можно добавить шляпки тушеных свежих или консервированных боровиков.

Приготовленные раковые шейки подать на стол с рассыпчатой рисовой кашей или с гренками из булки.

228. РАКОВЫЕ ШЕЙКИ, ЗАЖАРЕННЫЕ В ТЕСТЕ

20 раков, 1 ст. ложка муки, 1 яйцо, соль, 2 ст. ложки масла, 1 стакан ракового соуса.

Раков отварить в подсоленной воде, вынуть, отделить шейки, лапки и удалить с них скорлупу.

Предназначенное для теста яйцо взбить, добавить муку, немного растертого масла или сметаны, соль и все перемешать. Раковые шейки обмакнуть в приготовленное тесто и зажарить на масле. Жареные шейки положить на блюдо и залить растопленным маслом, раковым (730) или томатным (719) соусом. Вкус соуса можно улучшить, добавив крупно нарезанное мясо с клешней раков.

МЯСО

По составу питательных веществ и своим вкусовым свойствам мясо является ценным продовольственным продуктом. В нем содержится много белков и жиров. Большинство белков, содержащихся в мясе, сходно с белками, входящими в состав человеческого тела, и поэтому они хорошо усваиваются организмом. Количество жиров в мясе весьма непостоянно: оно зависит от вида животного и его упитанности. Имеющиеся в мясе экстрактивные вещества придают ему приятный вкус и способствуют выделению пищеварительных соков. При варке мяса эти вещества легко переходят в бульон. Кроме того, в мясе содержатся калий, натрий, железо, фосфор, кальций и другие минеральные вещества. Витаминов и углеводов в мясе очень мало. Чтобы организм не испытывал недостатка в них, к мясным блюдам подают различные овощные и мучные гарниры.

При желании приготовить из мяса вкусную и здоровую пищу необходимо, покупая мясо, следить за тем, чтобы оно было свежим, от нестарых, достаточно упитанных и здоровых животных.

Свежее мясо здорового животного эластично, при нажиме пальцем на мышцы ямочка быстро выравнивается. Хорошее мясо имеет красноватый цвет, приятный запах и хороший вкус. Пленки и жир павших животных бывают водянистыми. Старое мясо бывает более темного цвета с подсохшей поверхностью. В мясе могут быть трихины и другие паразиты; поэтому при покупке мяса нужно удостовериться, что оно проверено санитарной инспекцией и на нем имеется клеймо.

Мясо должно быть достаточно жирным. Мясо тощих животных содержит больше соединительной ткани. Приготовленные из него блюда бывают менее сочными. Мышцы мяса старых животных более твердые, в них больше пленок и сухожилий. Такое мясо пригодно для супов, так как в нем много экстрактивных и минеральных веществ.

Различные части туши животного неодинакового качества. Самое лучшее мясо находится в верхней и задней частях животного, дальше по направлению к передней части и вниз качество мяса хуже. В передней части животного больше сухожилий. В задней части больше мышц, меньше костей. Туша животного, в соответствии с качеством мяса, разделяется при рубке на лопатку, шею, толстый край, покромку, грудинку, тонкий край и вырезку, пашину, заднюю ногу.

Туша более мелких животных — свиней, овец, телят —

подразделяется на меньшее количество частей. Мясо толстого края и вырезки самое лучшее, в нем нежные, сочные мышечные ткани и мало пленок; при жареньи оно быстро становится мягким. Мясо покромки, лопатки и других частей туши считается худшим; оно более твердое, в нем более крупные мышечные волокна, больше соединительной ткани и пленок. Оно становится мягким только при продолжительном тушении или варке.

ПОДГОТОВКА МЯСА

Перед приготовлением пищи мясо необходимо соответствующим образом подготовить: соленое — вымочить, мороженому — дать оттаять, зачистить мясо от пленок, отбить и т. д.

Вымачивание. Соленое или копченое мясо следует вымачивать в холодной воде 12—14 часов. Если оно очень соленое, то при вымачивании воду надо несколько раз сменять.

Оттаивание. Чтобы из мороженого мяса выделилось меньше соков, ему надо дать оттаивать очень медленно при 6-8 градусах тепла в течение 1—2 суток.

Обмывание. При хранении, перевозке и рубке мясо часто засоряется и на него попадают бактерии. Поэтому перед приготовлением его надо тщательно очистить, вырезать клейма и обмыть мясо холодной водой.

Осушение. Мясо, предназначенное для жаркого, следует осушить чистой салфеткой, чтобы поверхность быстрее поджарилась.

Удаление пленок и сухожилий. Пленки и сухожилия ухудшают пищу, и поэтому их нужно удалить. При приготовлении супов и студня пленки и сухожилия не удаляют.

Разрезание. Для небольших кусков жаркого мясо следует разрезать поперек волокон, так как такие куски выглядят красивее и более вкусны.

Отбивание. Для некоторых блюд (отбивных котлет, шницеля) нарезанные куски мяса нужно отбить деревянным или металлическим молотком. При отбивке разрушается соединительная ткань, мясо делается более мягким и ему придается соответствующая форма.

Шпигование. Чтобы мясо приобрело лучший вкус, большие куски мяса можно шпиговать кореньями — морковью, петрушкой, сельдереем, чесноком, а чтобы тощее мясо стало более жирным, его шпигуют шпиком. Для шпигования овощи и шпик надо нарезать продолговатыми кусочками длиной 4—6 см. Затем

острым деревянным колышком или длинным ножиком в мясе вдоль мышечных волокон делают косые глубокие наколы и втыкают в них кусочки нарезанных овощей или шпика.

Маринование. Для смягчения баранины, дичи, мяса старых животных и уменьшения специфического запаха применяется маринование.

Мясо следует положить в глиняную или эмалированную миску, залить остуженным маринадом, сваренным с пряностями и кореньями, накрыть посуду и оставить на несколько часов. Кроме того, мясо можно размягчить путем натирания его сахаром, растительным маслом, поливания лимонным соком, лимонной кислотой или уксусом и посыпания перцем, мелко нарезанным луком и зеленью петрушки. Приготовленное таким образом мясо надо положить в посуду, придавить грузом, закрыть и оставить на холоде от 4 часов до 3 суток.

Фарширование. Мясо можно фаршировать, то есть внутренность изделия начинить массой из овощей, грибов, печенки и др.

Обваливание. Чтобы мясо было более сочным, перед жареньем его надо смочить яйцом, взбитым с солью, обвалять в пшеничной муке, в молотых белых сухарях или в кусочках нарезанной булки.

Сухари приготовляют из простой (несдобной) булки следующим образом: надо срезать корку, булку разрезать на ломтики, высушить их, затем пропустить через мясорубку, растолочь или натереть на терке.

Печенку, а также мозги часто жарят только обваляв их в муке, но взбитым яйцом не смачивают.

ПОДГОТОВКА ПИЩЕВЫХ ОТХОДОВ ТУШИ

Внутренние органы животного (печень, сердце, почки, легкие и др.), кровь, конечности и голова являются ценными продуктами и по своему составу мало отличаются от мяса. Из них можно приготовить вкусные и разнообразные блюда. Однако эти продукты, в особенности внутренние органы, быстрее портятся, чем мясо, и их нужно быстрее использовать. Кроме того, отходы туши следует иначе приготовлять.

Г о л о в а. Телячью или баранью голову прежде всего надо ошпарить горячей водой (90°), соскоблить волосы, опалить и хорошо обмыть. Затем вынуть язык, голову разрубить вдоль пополам и удалить мозги. С головы крупного рогатого скота (если она с кожей) снять кожу, вынуть язык, голову промыть, разрубить

и удалить мозги. Свиная голова обычно бывает очищенной от щетины. Ее нужно хорошо обмыть теплой водой, вынуть язык, голову разрубить и удалить мозги.

Голову перед варкой нужно в течение 1 часа мочить в холодной воде.

М о з г и. Мозги следует на 1—2 часа замочить в холодной воде. Затем, не вынимая из воды, осторожно удалить с них пленки.

Я з ы к. Его надо обмыть, соскоблить нечистоты и слизь. Когда язык сварится, снять с него кожу. Чтобы кожа легче снималась, горячий вареный язык следует на короткое время окунуть в холодную воду и, вынув, сразу снять кожу.

Н о г и. Телячьи и бараньи ноги надо ошпарить горячей водой, очистить от волос, опалить, обмыть, разрубить и в течение 2—3 часов мочить в холодной воде для удаления неприятного запаха. Телячьи ножки разрезать вдоль и вынуть трубчатые кости.

Х в о с т ы. Если с говяжьих хвостов не снята кожа, ее следует удалить, хвосты разрубить и на 5—6 часов замочить в холодной воде. Затем ошпарить горячей водой. Щетину с хвостов свиней удаляют при разделке туши. Кожу с хвостов снимать не нужно. Хвосты на 3—4 часа замочить в холодной воде, затем ошпарить горячей водой, поскоблить, затем еще раз о б мыть холодной водой.

П е ч е н ь. Прежде всего от печени надо отделить желчный пузырь. Затем печень промыть в холодной воде, вырезать крупные кровеносные сосуды и удалить пленки. Чтобы не ощущалась горечь, печень крупного рогатого скота и свиней нужно на 3—4 часа замочить в холодной воде Печень телят бывает более вкусной, чем других животных. .

П о ч к и. Перед приготовлением с них нужно снять жир. Говяжьи почки разрезать пополам и на 3—4 часа замочить в холодной воде, чтобы исчез запах. Наиболее вкусными являются телячьи почки.

С е р д ц е и г о р л о. Разрезать их вдоль, хорошо обмыть и на 1—2 часа замочить в холодной воде.

Л е г к и е. Разрезать на части и обмыть в холодной воде.

В ы м я. Разрезать вымя и удалить крупные сосуды. Перед варкой на 3—4 часа замочить в холодной воде и обмыть.

Ж е л у д о к. Вычистить его, вывернуть и промыть. Затем окунуть на 3—5 минут в горячую воду, вынуть, соскоблить пленку и, сменяя воду, 6—8 часов вымачивать в холодной воде.

К р о в ь. При убое собрать кровь в эмалированную посуду, добавить соль (на 1 литр крови ½ ст. ложки соли), хорошо размешать и держать не более суток в холодном месте.

К и ш к и. Для приготовления различных колбас употребляются тонкие и толстые свиные кишки. Сало следует снять, пока кишки еще теплые. Оставшееся на кишках сало загрязняется, и это препятствует их хорошей очистке. Разрезанные на куски кишки надо промыть холодной водой. Толстые кишки нужно снова вывернуть, хорошо натереть солью, оставить на два часа, чтобы меньше ощущался запах, затем промыть их; тонкие кишки надо поскоблить тупой стороной ножа и промыть.

При желании сохранить кишки в течение нескольких дней их надо хорошо посолить.

Для сосисок употребляются бараньи кишки. Для ливерных колбас и колбас, предназначающихся для продолжительного хранения, пригодны также говяжьи кишки.

ГОВЯДИНА

В соответствии с возрастом животного говядина подразделяется на телятину (мясо телят в возрасте до 1 года), мясо молодняка (от 1 до 2 лет) и мясо взрослых животных (свыше 2 лет). Мясо телят, молодняка и взрослых животных употребляется для приготовления различных блюд, а старых животных — только для варки.

Из говядины приготовляются различные вареные, жареные, тушеные и запеченные мясные блюда. Для жаренья употребляются вырезка, толстый и тонкий край, верхняя и внутренняя части задней ноги. Для тушения и варки употребляются покромка и наружная часть задней ноги, лопатка и грудинка. Для блюд из фарша употребляются шея, лопатка, пашина.

229. ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ С СОУСОМ ИЗ ХРЕНА

1 кг говядины (грудинка, покромка, лопатка), 10 горошин перца, 2 лавровых листа, соль, 1 морковь, 1 луковица, ½ петрушки, 1/4 порея или сельдерея (не обязательно), 1 — 1½ стакана соуса из хрена.

Обмытую говядину (из лопатки можно вынуть кость, мясо свернуть и перевязать крепкой ниткой) погрузить в кипящую воду, чтобы мясо было покрыто водой, добавить очищенные крупно нарезанные коренья и варить 2—3 часа. К концу варки положить соль, лавровый лист и немолотый душистый перец. Если вилка свободно входит в мясо и появляется светлый сок, то мясо готово. Если вилка входит в мясо с трудом и появляется красноватый сок, то варку надо продолжать.

Готовую говядину вынуть из бульона, нарезать поперек волокон ломтиками толщиной 1 см, аккуратно уложить с одной стороны блюда и залить горячим соусом из хрена (724). Вместо соуса из хрена можно взять томатный (719), луковый (713) или какой — нибудь другой острый соус. К отварной говядине можно подать в качестве гарнира вареный картофель или картофельное пюре. Картофель нужно положить с другой стороны блюда, полить сливочным маслом и посыпать нарезанной зеленью укропа. Отварную говядину можно подавать с гарниром из различных вареных овощей: морковью, фасолью, зеленым горошком, свежей капустой и др. В этом случае овощи каждого вида нужно положить горкой возле говядины и полить их сливочным маслом.

Вместо овощных гарниров можно подать кашу из крупы или отваренную крупно нарезанную домашнюю лапшу. Лапшу отварить, откинуть на дуршлаг, смешать со сливочным маслом и тертым сыром.

Таким же образом варят свинину и баранину.

230. ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ ПОДЖАРЕННАЯ

600 г отварной говядины, 1 яйцо, 1 стакан сухарей, 1 ст. ложка топленого сала или топленого масла, немного молока, соль.

Для соуса: ½ ст. ложки муки, ½ ст. ложки сливочного масла, 1 стакан бульона, ½ чайной ложки горчицы, уксус, сахар, соль.

Отварное мясо нарезать ломтиками поперек волокон, смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством молока и соли, обвалять в сухарях и с обеих сторон поджарить на сале.

Предназначенную для соуса муку поджарить на сливочном масле, разбавить бульоном; помешивая, немного поварить, процедить, добавить соль, горчицу, уксус, сахар и подогреть до кипения.

На блюдо положить рядками ломтики мяса. Рядом положить вареную фасоль, заправленную соусом. Вокруг мяса налить остальной соус. Вместо фасоли можно подать поджаренный на жире вареный картофель.

231. ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ, НАШПИГОВАННАЯ ОВОЩАМИ И ШПИКОМ

1 кг говядины (лопатка, грудинка), 10 горошин перца, соль, лавровый лист, 1 ст. ложка топленого сала или животного комбижира, 100 г шпика.

Для соуса: 2 ст. ложки томатного пюре, ½ ст. ложки муки, ½ ст. ложки сливочного масла.

Коренья: 1 морковь, 1 луковица, ½ петрушки, ½ сельдерея.

Мясо обмыть, осушить чистой салфеткой и удалить верхние пленки. Морковь, петрушку, сельдерей очистить, помыть и нарезать продолговатыми кусочками. Острым деревянным колышком наколоть мясо вдоль волокон и нашпиговать нарезанными овощами и шпиком. Если мясо жирное, то его следует шпиговать только овощами, а если худое — шпиком. Затем весь кусок мяса поджарить на сковороде со всех сторон на небольшом количестве жира, потом положить в посуду для тушения или в иную низкую кастрюлю с толстыми стенками. Мясо залить водой до половины, положить остальные овощи, лук, лавровый лист, перец, соль и, закрыв кастрюлю, тушить в умеренном жару 2—2 ½ часа (пока мясо не станет мягким).

Тушеное мясо слегка охладить, нарезать нетонкими ломтиками поперек волокон и аккуратно уложить на подогретое блюдо. Грудинку (говядины) нужно разрезать на куски, кости удалить. Оставшийся от тушения сок, предназначенный для соуса, следует подогреть, чтобы он стал более густым, добавить муку, поджаренную на сливочном масле до слегка желтоватого цвета, томатное пюре, все поварить, процедить, овощи протереть, подогреть до кипения и залить мясо.

В качестве горячего гарнира подать вареный картофель или отварные макароны. Положить их с одной стороны блюда рядом с мясом.

Отдельно можно подать зеленый салат и хрен с уксусом.

232. ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ С ГРИБНЫМ СОУСОМ

1 кг говядины, 50 г шпика, 1 морковь, 1 петрушка, 1 луковица, 1 стакан маринада из пряностей, ½ ст. ложки муки, ½ ст. ложки масла, 2 ст. ложки сметаны, 2—3 сушеных или свежих боровика, соль.

С куска задней ноги говядины удалить верхние пленки, завернуть его в салфетку, отбить молотком, положить в небольшую узкую глиняную миску или эмалированную кастрюлю, посыпать очищенными и нарезанными морковью, петрушкой, луком, залить охлажденным маринадом (695) и в закрытой кастрюле мариновать в течение 1 суток. В это время изредка поворачивать мясо.

Затем вынуть из маринада мясо, натереть солью, обложить его тонкими ломтиками шпика или нашпиговать, положить в кастрюлю, посыпать овощами из маринада, залить до половины горячей водой, закрыть кастрюлю и тушить.

Перед подачей на стол тушеное мясо нарезать ломтиками толщиной 1 см и красиво уложить на подогретое блюдо. В оставшийся от тушения мяса сок положить поджаренную на масле муку и, помешивая, немного поварить ее, процедить сквозь сито (овощи можно протереть), добавить соль, сметану, мелко нарезанные отваренные, а затем поджаренные свежие или сушеные грибы, еще раз дать вскипеть и залить мясо. Грибы можно также тушить вместе с мясом.

К мясу можно подать вареные или тушеные овощи: морковь, картофель, зеленый горошек. Отдельно подать зеленый салат и приготовленную горчицу или хрен.

233. ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ

1 кг говядины (задняя нога, грудинка), 1 ст. ложка топленого сала, 3 луковицы, 3 ст. ложки томатного пюре, ½ ст. ложки муки, 12 горошин перца, соль, 1 лавровый лист, 2 ст. ложки сметаны (не обязательно), бульон.

Промытое и осушенное мясо (удалив крупные пленки) разрезать на квадратные куски средней величины (по 30 г), положить на сковороду и поджарить на небольшом количестве жира. К концу жаренья посыпать нарезанным луком, мукой. Когда куски поджарятся, добавить томатное пюре. Затем все выложить в кастрюлю, залить мясным бульоном, чтобы он покрывал почти все мясо, добавить соль, перец, лавровый лист, закрыть кастрюлю и тушить в духовке или на плите 1—1½ часа. К концу тушения положить сметану (не обязательно).

Перед подачей на стол с одной стороны блюда положить мясо, залитое тем же соком, в котором оно тушилось, а с другой стороны — вареный картофель, картофельное пюре или вареные скриляй. Этот гарнир полить сливочным маслом.

Отдельно подать соленые огурцы или помидоры.

Таким же образом можно приготовить гуляш из свинины.

234. ЗРАЗЫ ЛИТОВСКИЕ

1 кг говядины, 1 ст. ложка топленого сала, 1 от. ложка муки, 1 морковь, ½ стакана сметаны, соль, молотый перец, бульон.

Для фарша: 2 луковицы, ½ ст. ложки масла, (30 г шпика, 1 стакан хлебных крошек, 10 сушеных боровиков, 1 яйцо, молотый перец, соль, зелень петрушки.

Говядину, разрезанную поперек волокон на куски толщиной 0,5 см (заднюю ногу или лопатку), отбить молотком, посолить и посыпать перцем. Затем на каждый кусок мяса положить подготовленный фарш, мясо свернуть в виде рулетов, перевязать ниткой, посыпать мукой и поджарить со всех сторон на топленом сале. Затем положить зразы в кастрюлю, посыпать мелко нарезанной поджаренной морковью, добавить немного топленого сала, залить до половины бульоном, закрыть кастрюлю и тушить 1½ часа. К концу тушения добавить сметану и немного хлебных крошек.

Предназначенный для фарша мелко нарезанный лук, порубленные вареные грибы и хлебные крошки поджарить на масле, добавить нарезанный шпик, зелень петрушки, молотый перец, соль, сырое яйцо и перемешать. Подготовленной массой начинить зразы.

С тушеных зраз удалить нитки, положить зразы на подогретое блюдо и залить процеженным соком, в котором они тушились. К зразам подать горячий гарнир — перловую кашу, вареный картофель или картофельное пюре.

Отдельно подать зеленый салат или соленые огурцы.

Такие зразы можно также приготовить из свинины.

235. ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯЖЬЕГО ФАРША

800 г говядины, 2 ломтика булки, 2/3 стакана молока, молотый перец, соль, 2 ст. ложки муки или сухарей, ½ стакана сметаны, 2 ст. ложки томатного пюре, бульон, 1 ст. ложка топленого сала.

Для начинки из яиц и лука: 6 луковиц, 1—2 крутых яйца, 1 ст. ложка масла, зелень петрушки, 1 ст. ложка сухарей, молотый перец, соль.

Из мяса и других добавлений приготовить молотую массу так же, как для котлет (237) и распределить ее на порции весом приблизительно 60 г. Эту массу распластать и на каждую порцию положить по ½ ст. ложки начинки из яиц и лука. Затем между ладонями разделать продолговатые зразы, чтобы начинка была внутри. Обвалять зразы в муке или сухарях и поджарить со всех сторон на хорошо разогретом жире. Затем зразы положить в кастрюлю, влить немного бульона, добавить сметану, томатное пюре, закрыть кастрюлю и тушить. Перед подачей на стол зразы положить на разогретое блюдо и залить тем же соком, в котором они тушились. В округ положить вареный картофель, картофельное пюре, тушеную морковь, гречневую или рисовую кашу.

Отдельно подать зеленый салат и при готовленную горчицу.

Предназначенный для начинки мелко порубленный лук поджарить на масле, добавить порубленные вареные яйца, сухари, нарезанную зелень петрушки, перец, соль, все хорошо перемешать и этой массой начинить зразы.

236. ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ

800 г говядины, 2 ломтика булки, 3/4 стакана молока или воды, 2 луковицы, 3 ст. ложки муки, 1 ст. ложка топленого сала, 2 ст. ложки томатного пюре, 2 ст. ложки сметаны, молотый перец, соль, зелень петрушки, бульон.

Из мяса и других добавлений приготовить фарш так же, как для котлет (237). Разделать шарики величиной с каштан или немного крупнее, обвалять их в муке, со всех сторон поджарить на сковороде с небольшим количеством топленого сала, положить в кастрюлю, добавить томатное пюре и сметану, закрыть кастрюлю и тушить 15—20 минут. Если нет томатного пюре, можно положить нарезанный лук.

Перед подачей на стол тефтели положить на блюдо и посыпать нарубленной зеленью петрушки. К тефтелям подают в качестве гарнира рисовую или пшеничную кашу, картофельное пюре, залитую сливочным маслом вареную лапшу или скриляй.

237. КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ

800 г говядины (лопатка, покромка, шея, пашина), 100 г говяжьего сала или свиного шпика, 2 ломтика булки, 2/3 стакана молока, 1 яйцо, 3 ст. ложки сухарей или муки, 1 ст. ложка топленого сала для жаренья, молотый перец, соль, 2 луковицы, 2/3 стакана бульона.

Обмыть мясо, удалить крупные пленки. Мясо нарезать кусками и пропустить через мясорубку. Добавить замоченную в молоке или воде булку, поджаренный на жире лук, говяжье сало, еще раз пропустить через мясорубку, влить немного бульона, добавить яйцо, молотый перец, соль и хорошо перемешать, чтобы масса стала вязкой, мягкой и пышной. При отсутствии говяжьего сала к концу размешивания положить нарезанный мелкими кусочками шпик. Яйцо в мясную массу можно не класть, так как хотя масса с ним становится более вязкой, но от яичного белка котлеты бывают тверже.

Из приготовленной массы разделать круглые котлеты толщиной 1,5 см, весом 60 или 120 г; один из концов должен быть более острым. Обвалять их в муке или сухарях и поджарить с обеих сторон на хорошо разогретом жире. Затем котлеты положить в миску или кастрюлю боком друг к другу и поставить в духовку на 10 минут для дожаривания.

При подаче на стол котлеты положить на блюдо и залить растопленным маслом, томатным (719) или луковым соусом (713). Рядом с ними в качестве горячего гарнира положить вареный картофель, картофельное пюре, тушеную свеклу, кашу из крупы, макароны или другие добавления. Отдельно подать салат из редьки или другой зеленый салат и квашеные овощи.

Таким же образом можно приготовить котлеты из свинины, баранины или телятины.

238. ЖАРКОЕ ИЗ ГОВЯЖЬЕГО ФАРША С ТУШЕНОЙ СВЕКЛОЙ

1 кг говядины, 400 г свинины, 100 г говяжьего жира или шпика, 2 ломтика булки, 3/4 стакана молока, 1 луковица, 1 яйцо, молотый перец, соль, 1 ст. ложка сухарей, 1 стакан сметанного соуса, бульон.

Из говядины и свинины приготовить фарш так же, как для котлет (237). Из массы сделать продолговатый батончик, положить на смазанный жиром противень, сверху смазать яйцом, посыпать сухарями, в нескольких местах сделать наколы, чтобы жаркое не растрескалось, и жарить в горячей духовке около 1 часа. Готовое жаркое должно быть серого цвета.

При подаче на стол жаркое нарезать ломтиками толщиной 1 см. В качестве горячего гарнира подать тушеную свеклу (431) и вареный картофель. С метанный соус (721) подать отдельно.

Таким же образом можно приготовить жаркое и из одной говядины. Если говяжьего жира не имеется, вместо него в мясную массу к концу размешивания можно положить шпик, нарезанный продолговатыми кусочками.

239. РОСТБИФ ИЗ ГОВЯДИНЫ

1 кг говядины (толстый край или вырезка), ½ ст. ложки масла или топленого свиного сада, 1 луковица, 1 морковь, ½ петрушки, 6-10 горошин перца, соль, сахар, 1 ст. ложка растительного масла.

С мяса удалить пленки и лишний жир, завернуть мясо в чистую салфетку и отбить. Затем мясо натереть солью, сахаром, растительным маслом, посыпать перцем, нарезанными кореньями и оставив на два часа.

В противень положить жир, хорошо разогреть его в горячей духовке, положить ростбиф и жарить с кореньями, время от времени поворачивая и поливая его тем же жиром, пока он не поджарится со всех сторон. Ростбиф жарится около 20—30 минут. Зажаренный ростбиф должен быть внутри красноватого цвета. Его можно зажарить еще больше, и тогда он будет внутри серого цвета. Если его жарят дольше, то следует долить немного бульона и каждые 10—15 минут поливать ростбиф образовавшимся во время жаренья соком. Некоторые любят полусырой ростбиф с поджаренной поверхностью. Тогда сок внутри жаркого должен быть кровянистым.

При подаче на стол ростбиф нужно отделить от кости (если он жарился с костью), нарезать поперек волокон ломтиками толщиной 0,5 см и уложить их на блюдо в виде целого куска. Вокруг жаркого положить картофель, зажаренный в большом количестве жира, отварной зеленый горошек, отварную цветную капусту и тушеную морковь. Часть этих овощей можно положить и под жаркое. Горошек и цветную капусту полить сливочным маслом.

Оставшийся от ростбифа соус разбавить водой, варить 5 минут, процедить и подать в соуснике. Отдельно можно также подать хрен.

240. БИФШТЕКС ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ

1 кг говядины (вырезка, толстый край), 2 ст. ложки масла или топленого свиного сала, 6 луковиц, ½ ст. ложки муки, соль, молотый перец.

Для приготовления хорошего бифштекса следует взять говяжью вырезку. Мясо обмыть, осушить, очистить от пленок и разрезать поперек волокон на куски толщиной 2—3 см (из расчета по 1 куску на человека). Затем каждый кусок мяса слегка отбить молотком, округлить ножом, положить на сковороду с хорошо разогретым жиром посыпать с одной стороны молотым перцем с солью и жарить на сильном огне. Когда одна сторона поджарится, бифштекс надо перевернуть.

Жарить 7-15 минут, в зависимости, от того какой бифштекс желательно приготовить: хорошо приготовленный или с кровью.

Лук приготовить следующим образом: очистить, нарезать кружочками, промыть, слегка посыпать мукой и отдельно поджарить на сковороде, со сливочным маслом так, чтобы он хорошо подрумянился. Затем посолить по вкусу.

Бифштексы полить сливочным маслом и соком, в котором они жарились. Подать на стол на подогретом блюде. На каждый кусок положить по ложке поджаренного лука. Рядом с бифштексами положить жареный картофель.

Отдельно подать зеленый салат или соленые огурцы.

Бифштекс можно приготовить также несколько иначе. Вместо лука на каждый кусок положить зажаренную на масле яичницу из одного яйца или подать только с жареным картофелем.

Вместо вырезки для бифштекса можно взять толстый край. Мясо надо отделить от костей, хорошо очистить от пленок и жира.

241. БИФШТЕКС ГОВЯЖИЙ ОТБИВНОЙ

1 кг говядины (задняя нога, лопатка), 100 г говяжьего или свиного сала или шпика, ½ ст. ложки комбижира или топленого свиного сала, ½ ст. ложки сливочного масла (для заливки). молотый перец, соль.

Мясо обмыть, осушить, удалить пленки, разреза поперек волокон на тонкие куски и порубить сечкой или хорошо отбить металлическим молотком удаляя пленки. Говяжье или свиное нутряное сало настрогать, а шпик порубить. Затем брать по 80 г рубленого мяса, добавить немного сала, округлить ножом и разделать круглые бифштексы толщиной в 1,5 см. Посыпать их солью, перцем и жарить как вышеуказанные бифштексы. На каждый из них можно положить поджаренный лук или яичницу на одно яйцо. В качестве гарнира подать жареный картофель.

Такие же бифштексы можно приготовить и из мясного фарша. В этом случае мясо следует хорошо очистить от пленок, пропустить вместе с говяжьим жиром или шпиком через мясорубку, добавить соль, перец, 1/4 стакана воды, хорошо перемешать и ножом разделать бифштексы. К ним можно подать вареный картофель, политые сливочным маслом отварные макароны или другой гарнир.

Отдельно подать салат или квашеные овощи.

242. ЛАНГЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ

1 кг говядины (вырезка), ½ ст. ложки топленого сала, ½ ст. ложки масла, соль, молотый перец.

Обмытую и осушенную тонкую часть вырезки, удалив пленки, разрезать поперек волокон на куски толщиной 1—1 ,5 см (по 2 куска на 1 человека), отбить деревянным молотком и ножом разделать круглые или несколько заостренные с одного конца лангеты. Посыпать их солью, перцем и с обеих сторон поджарить на сковороде с хорошо разогретым топленым салом.

Поджаренные лангеты сразу подать на стол. Аккуратно уложить их на подогретое блюдо, сверху полить растопленным сливочным маслом, а во круг положить горками жареный картофель, тушеную морковь, политый сливочным маслом отварной зеленый горошек и цветную капусту.

Вместо вырезки можно взять заднюю ногу. Мясо порубить сечкой или отбить молотком, затем разделать лангеты и жарить так же, как указано выше.

К лангету можно подать картофельные котлеты. Картофельнее пюре раскатать, вырезать формочкой или ножом котлеты, смазать яйцом, обвалять в сухарях, поджарить в духовке и обложить ими лангеты.

243. РОМШТЕКС ИЗ ГОВЯДИНЫ

1 кг говядины, 1 яйцо, 1 ст. ложка молока, 1 стакан белых сухарей, 1 ст. ложка топленого сала, ½ ст. ложки масла, соль, молотый перец.

Кусок говяжьего толстого края, вырезки или задней ноги разрезать поперек волокон на куски толщиной 1,5—2 см, отбить деревянным молотком, разделать овальные ромштексы, посыпать солью, перцем, смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством молока, обвалять в сухарях и жарить на сковороде с небольшим количеством хорошо разогретого жира. Затем ромштексы можно поставить еще на 10 минут в духовку для дожаривания.

При подаче на стол полить растопленным сливочным маслом. К ромштексу в качестве гарнира можно подать вареный или тушеный картофель, морковь, фасоль.

Отдельно подать зеленый салат.

Ромштексы из говядины можно приготовить и из рубленого мяса. Их приготовляют так же, как бифштексы из говядины (241), но перед жареньем их надо смочить яйцом и обвалять в сухарях.

244. БЕФ-СТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ

1 кг говядины (вырезка, толстый край, задняя нога), 3 луковицы, 1½ ст. ложки топленого масла, комбижира или топленого сала, 1 стакан сметаны, 1½ ст. ложки муки, 2 ст. ложки томатного пюре, молотый перец, зелень петрушки для украшения, соль.

Обмытую, осушенную говядину, удалив пленки, разрезать поперек волокон на куски толщиной 2 см и отбить молотком. Затем эти куски нарезать продолговатыми кусочками длиной 3—4 см. посыпать их солью, перцем и поджарить на хорошо разогретом жире, пока кусочки не подрумянятся со всех сторон. Добавить мелко нарезанный лук, посыпать мукой, еще пару минут поджарить, залить сметаной, томатным пюре и прокипятить. Томатного пюре можно не класть.

Приготовленный беф-строганов сразу подать на стол. В качеств гарнира дать вареный или жареный картофель.

245. ГОВЯДИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ ИЗ ХРЕНА

600 г отварной говядины, 1 яйцо для смазывания, 1 ст. ложка масла, сухари.

Для картофельного пюре: 1 кг картофеля, 1 ст. ложка масла, ½ стакана молока, соль.

Для соуса: 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 1 стакан сметаны, ½ стакана бульона, 2—3 яичных желтка, 1 стакан тертого хрена, соль, уксус, сахар по вкусу.

Вареное мясо нарезать ломтиками, уложить рядами в смазанную маслом и посыпанную сухарями неглубокую посуду для запеканки или эмалированную миску. Вокруг положить приготовленное картофельное пюре поверхность которого украсить рантиками, вдавленными ложкой. Мясо залить соусом из хрена. Картофельное пюре смазать взбитым яйцом, все полить сливочным маслом и 15 минут запекать в духовке.

Соус приготовить следующим образом: муку поджарить на масле, добавить тертый хрен и, помешивая, еще немного поджарить, затем разбавить бульоном, немного поварить, добавить размешанную с яичными желтками сметану, соль, уксус, сахар и залить запекаемое мясо.

Запеканку из говядины можно подавать на завтрак и ужин в горячем виде в той же посуде, в которой ее запекали.

Если вареное мясо нельзя нарезать красивыми ломтиками, его следуетразрезать на кусочки и смешать с соусом из хрена. Вместо соуса из хрена для запеканки можно употреблять грибной (726), сметанный (721) или луковый (713) соус. Чтобы соус лучше сгустился и запекся, в него надо положить яичный желток или целое яйцо.

Вместо картофельного пюре можно употреблять кашу из перловой крупы, крупно нарезанную отваренную домашнюю лапшу или скриляй

Перед запеканием посыпать их сверху натертым сыром и полить сливочным маслом.

СВИНИНА

Свинина — жирное содержащее много белков мясо. В зависимости от возраста животного свинина подразделяется на: мясо поросят до 4 месяцев, молодняка от 4 до 9 месяцев и взрослых свиней старше 9 месяцев.

Из свинины можно приготовить различные кушанья. Из корейки и окороков приготовляют жареные мясные блюда: жаркое, отбивные, шницели и др. Лопатка, грудинка и шея употребляются для блюд из тушеного, рубленого и отварного мяса.

246. СВИНИНА ОТВАРНАЯ

1 кг свинины, 1 луковица, ½ моркови, ½ петрушки, 10 горошин перца, 2 лавровых листа, соль, 1 стакан томатного соуса.

Кусок лопатки или грудинки обмыть, положить в кипящую воду и варить 1½ часа при слабом кипении вместе с пряностями и крупно нарезанными кореньями. К концу варки посолить. Если вилка свободно входит в мясо, оно готово.

Сваренное мясо отделить от костей, нарезать поперек волокон нетонкими ломтиками и положить на подогретое блюдо. Грудинку можно разрезать на куски, оставив косточки. К мясу в качестве гарнира подают вареный картофель, картофельное пюре или тушеную фасоль. Мясо можно залить горячим томатным (719) или луковым (713) соусом или же соусом из хрена (724).

Отдельно подать соленые огурцы, помидоры, салат из редьки, свежей капусты или другой зеленый салат.

Отварную холодную свинину можно подать как закуску.

247. СВИНИНА ОТВАРНАЯ ПОДЖАРЕННАЯ

600 г отварной свинины, 2 яйца, 1 стакан белых сухарей, 1 ст. ложка топленого сала, соль, перец, молоко.

Отварную свинину разрезать поперек волокон на ломтику посыпать солью, молотым перцем, смочить яйцами, взбитыми с небольшим количеством молока, обвалять в сухарях и поджарить с обеих сторон на жире.

К свинине подать вареный, поджаренный на жире картофель. Томатный соус и салат подать отдельно.

248. ОКОРОК КОПЧЕНЫЙ ОТВАРНОЙ

1 кг копченого окорока, 1 луковица, ½ моркови. 8 горошин горького и душистого перца, 1 лавровый лист.

Свежий копченый окорок гораздо вкуснее и сочнее, чем старый. Если окорок соленый и сухой, его следует 2—3 часа вымачивать в холодной воде. Затем кожицу соскоблить, окорок обмыть. Чтобы окорок не разварился, его можно перевязать ниткой, затем положить в холодную воду, добавить разрезанную пополам морковь, надрезанную луковицу, перец горошком, лавровый лист и варить при слабом кипении 2—2 ½ часа, пока мясо не станет мягким. Окорок не следует переварить, так как тогда он становится сухим и крошится.

При подаче на стол окорок нарезать ломтиками толщиной 1,5 см, аккуратно уложить их на блюдо. Рядом положить вареный картофель, отварной зеленый горошек, фасоль в томатном соусе или гороховое пюре. Отдельно можно подать томатный соус и хрен.

К отварному окороку с вареным картофелем можно подать салат из свеклы с луком, салат из свеклы с хреном или салат из свежей капусты или редьки.

Отварной окорок можно подавать в холодном виде на закуску.

Таким же образом можно отварить и подать на стол копченую свиную грудинку.

249. КОЛБАСКИ ДОМАШНИЕ ВАРЕНЫЕ

1 кг свинины (окорок), ½ дольки чеснока или ½ чайной ложки майорана, молотый перед, соль, свиные тонкие кишки, 150 г шпика, бульон.

Свинину пропустить через мясорубку или мелко порубить, добавить соль, натертый чеснок, лук, майоран, молотый перец, немного бульона, нарезанный шпик, все перемешать и приготовленной массой начинить подготовленные свиные тонкие кишки. Начиняя мясом кишки, их закручивают через каждые 15—20 см и колбасу делят на порции. Концы колбасок следует перевязать. Варить их 10—15 минут в подсоленной воде. Затем их можно немного поджарить с жиром.

Перед подачей на стол колбаски отделить одну от другой, положить на блюдо, залить салом, на котором они жарились. Картофельное пюре положить рядом с колбасками. Отдельно подать соленые огурцы, квашеную капусту, салат из помидоров, свежей капусты или другой зеленый салат.

250. СОСИСКИ, САРДЕЛЬКИ С ТУШЕНОЙ КАПУСТОЙ

600 г сосисок или сарделек, 1 ст. ложка масла, 1½ литра квашеной капусты, ст. ложка топленого сала, 1—2 луковицы, сахар по вкусу.

Прежде всего следует тушить квашеную капусту. Если капуста очень кислая, то ее надо промыть холодной водой, отжать, положить в кастрюлю или на сковороду с растопленным салом, закрыть крышкой и, помешивая, тушить, пока она не станет мягкой. К концу тушения добавить поджаренный на сливочном масле или сале нарезанный лук и немного сахара.

Сосиски или сардельки отделить друг от друга, кончики обрезать (с сарделек снять веревочку), обмыть, сразу бросить их в кипящую воду и 5—7 минут подогревать. Кипятить не следует, так как они могут потрескаться. Нельзя также долго держать их в горячей воде, чтобы они не вымокли и не потеряли приятный вкус. При откусывании кожица хорошо сваренных сосисок должна слегка хрустеть.

Подогретые и вынутые из воды сосиски или сардельки можно немного поджарить с обеих сторон на сливочном масле. Затем уложить их в один ряд на тушеную капусту, положенную на блюдо, и полить растопленным сливочным маслом.

Отдельно подать приготовленную горчицу.

Вместо тушеной квашеной капусты к сосискам можно подать тушеную свежую капусту или картофельное пюре.

Сосиски в качестве горячей закуски можно подавать без горячего гарнира. Неподжаренные сосиски положить в фарфоровую суповую вазу, залить водой, в которой их подогревали, накрыть крышкой и подать на стол или подать их в салатнике, залив горячей водой.

251. БИГУС ИЗ СВИНИНЫ И КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

500 г отварной свинины или копченой колбасы, 1½ литра квашеной капусты, 1 — 1½ ст. ложки топленого сала или 75—100 г шпика, 1 луковица, 5 горошин душистого перца, 1 лавровый лист.

Квашеную капусту тушить, добавив топленое сало или поджаренный шпик. Добавить нарезанную четырехугольными кусочками поджаренную отварную свинину, поджаренный лук, лавровый лист, немолотый перец, поджаренную на жире муку (не обязательно). Все перемешать и тушить еще 10—15 минут. Вместо свинины можно положить ломтики поджаренной колбасы.

К бигусу подается вареный картофель.

252. ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ С ЛАПШОЙ

800 г свинины (лопатка, шея, грудинка), 1 ст. ложка топленого сала, 1 луковица, 3—4 помидора, 2 ст. ложки тертого сыра, соль, молотый перец, бульон.

Д л я л а п ш и: 2 стакана муки, 1 яйцо, соль и вода.

Обмытую и осушенную свинину (удалив крупные пленки) нарезать ломтиками весом около 25 г и поджарить их на хорошо разогретом жире, пока они не зарумянятся со всех сторон.

К концу жаренья мясо посыпать солью, молотым перцем и мелко нарезанным луком. Когда оно поджарится, положить очищенные, без семян, разрезанные на кусочки помидоры, от которых блюдо примет красивый цвет.

Затем выложить в кастрюлю, полностью залить бульоном, кастрюлю накрыть и тушить около часа, пока мясо не станет мягким.

Муку для лапши просеять, влить воды, положить яйцо, соль и замесить крутое тесто. Тонко раскатать его, немного подсушить, посыпать мукой, свернуть в одну сторону, разрезать поперек на узкие полоски. Лапшу отварить в большом количестве подсоленной воды. Вынутую лапшу положить в кастрюлю с тушеным мясом. Все осторожно перемешать, накрыть кастрюлю крышкой и поставить на 20 минут в духовку для дотушивания. Мешать не следует.

Гуляш из свинины с лапшой положить на блюдо, посыпать тертым сыром и подать на стол.

253. ЗРАЗЫ ИЗ КОПЧЕНОГО ОКОРОКА

600 г копченого окорока, 1 ст. ложка топленого сала, 1 ст. ложка муки, 1 стакан сметаны, бульон.

Для начинки: 5 луковиц, 2 вареные моркови, 1 соленый огурец, 1 ст. ложка густого томатного пюре, 2 ст. ложки сухарей, 1—2 яйца, 1 ст. ложка сливочного масла или топленого сала, молотый перец, немного соли.

Прежде всего нужно приготовить начинку. Мелко нарезанный лук, натертые на крупной терке соленый огурец (очищенный и без семян) и морковь поджарить на жире, добавить томатное пюре и тушить. Затем добавить сухари, молотый перец, яйца, соль и перемешать.

Если окорок очень соленый, его надо вымочить. Поперек волокон отрезать 12 ломтиков, отбить их молотком, на каждый положить по ложке начинки, свернуть и перевязать ниткой.

Зразы посыпать мукой, поджарить со всех сторон на жире, положить в кастрюлю, влить немного бульона и сметану, накрыть кастрюлю крышкой и полчаса тушить.

Тушеные зразы (удалив нитки) положить на блюдо, залить соусом, в котором они тушились, и подать на стол с вареным картофелем, картофельным пюре, тушеной в томатном соусе фасолью, отварным зеленым горошком или ячневой кашей.

Таким же образом можно приготовить зразы из свежего окорока.

254. СВИНИНА ЖАРЕНАЯ

1—1,5 кг свинины (корейка, окорок), ½ ст. ложки топленого сала для поджаривания, 1 морковь, 1 луковица, молотый перец, соль.

Кусок свиной корейки или окорока обмыть, обсушить. Из лопатки можно удалить кости. Мясо посолить, свернуть, перевязать шпагатом, посыпать молотым перцем и обжарить на сковороде с салом или запечь в очень горячей духовке. Когда жаркое со всех сторон подрумянится, влить стакан горячей воды, положить лук, морковь и печь в духовке, каждые 10—15 минут поливая находящимся на противне соком. Если вилка свободно входит в мясо и появляется светлый сок, то жаркое готово.

Перед подачей на стол мясо разрезать поперек волокон на ломтики толщиной 1 см, уложить на блюдо и полить оставшимся от жаренья процеженным соусом.

Возле мяса на блюдо положить жареный картофель, тушеную свежую или квашеную капусту.

Жареную и нарезанную ломтиками холодную свинину можно подавать в качестве закуски.

255. ОКОРОК КОПЧЕНЫЙ ЖАРЕНЫЙ

1 небольшой копченый окорок, 2 кг ржаной муки, 1 ст. ложка сахара, перец, корица, гвоздика.

Вымоченный в холодной воде окорок хорошо очистить, обмыть теплой водой, осушить, натереть молотым душистым перцем, сахаром, корицей и гвоздикой. Ржаную муку заварить кипятком, замесить некрутое тесто и облепить весь окорок слоем теста толщиной 1,5—2 см. Мокрыми руками выровнять поверхность теста, положить на противень и печь в печи 3—4 часа. Вынутый из печи окорок немного остудить, снять тесто, очистить окорок от остатков теста, кожу подровнять, смазать для блеска салом и поставить в печку или духовку на 10 минут, чтобы подсохла поверхность.

Часть окорока можно сразу нарезать тонкими ломтиками и подать на стол в горячем виде с картофельным пюре, тушенной в томатном соусе отварной фасолью или отварным зеленым горошком. К окороку можно подать томатный соус (719), полив вокруг мяса, или подать его отдельно в соуснике. Остальной жареный окорок можно подать в холодном виде в качестве закуски.

К горячему или холодному окороку можно подать отдельно маринованную свеклу с хреном, салат из редьки или хрен, приготовленный с уксусом.

256. ГРУДИНКА СВИНАЯ ФАРШИРОВАННАЯ

1 кг свиной грудинки.

Для начинки: ½ кочана капусты, 1 морковь, 2 яблока, 1 луковица, 1 яйцо, 2 ст. ложки сухарей, молотый перец, соль, 1 ст. ложка топленого сала, маргарина или масла.

Прежде всего приготовить овощную начинку. Нарезанную капусту, крупно натертую морковь и порубленный лук тушить с жиром в кастрюле, пока они не станут мягкими. Затем добавить мелко наструганные печеные яблоки и продолжать тушить. Дать остыть, затем добавить в начинку сырое яйцо, сухари, соль, молотый перец и все перемешать. Если нет яблок, вместо них можно положить 2 столовые ложки томатного пюре или пару натертых на крупной терке соленых огурцов (очищенных и без семян).

Отрезать продолговатый кусок свиной грудинки (с ребрами), обмыть, осушить и с одной стороны, между ребрами и мясом, сделать надрез в виде кармана. Начинить его овощной начинкой, отверстие зашить, поверхность натереть солью, положить на противень и жарить в горячей духовке. Когда жаркое обжарится со всех сторон, влить ½ стакана горячей воды и каждые 10—15 минут поливать жаркое образовавшимся во время жаренья соком.

Зажаренную и немного остывшую грудинку разрезать острым ножом так, чтобы в каждом куске было ребро (нитки удалить). Красиво уложить куски на подогретое блюдо, обложить вареным картофелем, картофельным пюре или тушеной репой. Из оставшегося от жаркого сока приготовить соус. Сок разбавить водой и варить 10 минут. Если жира много, его следует снять, а процеженный сок налить на блюдо вокруг мяса.

Можно также варить нефаршированную свиную грудинку. Ребра совсем удалить или немного надрезать покрывающие их пленки, чтобы при жареньи они не стягивались.

257. КОТЛЕТЫ СВИНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ

800 г свиной корейки, 2 ст. ложки топленого сала, молотый перец, соль.

Свиную корейку взять вместе с ребрами (без позвоночника), срезать большую часть сала, мясо разрезать поперек волокон на куски толщиной 1,5—2 см (на каждого человека один кусок), чтобы каждый кусок был с реберной косточкой. Мясо отбить молотком, пленку надрезать в нескольких местах, чтобы при жареньи котлеты не стягивались. Косточку поскоблить и с узкого конца котлеты отделить мясо от кости на 2 см. Затем ножом разделать котлеты красивой формы, края подровнять, положить на сковороду, посыпать с одной стороны солью, перцем и жарить 10—12 минут на хорошо разогретом жире. Когда одна сторона поджарится, перевернуть котлету на другую сторону и жарить, пока она не зарумянится.

Готовые котлеты положить на подогретое блюдо, полить салом и соком, в котором они жарились, сверху посыпать нарезанным соломкой хреном. Обложить жареным картофелем, отварным зеленым горошком, тушеной морковью и подать на стол с зеленым салатом или солеными огурцами.

Котлеты следует жарить перед подачей на стол, так как спустя некоторое время они теряют свой вкус.

258. КАРБОНАД СВИНОЙ

800 г свинины (корейка), 2 яйца, 1 стакан сухарей, 2 ст. ложки топленого сала, ½ ст. ложки сливочного масла для поливки, соль, молотый перец, немного молока.

Карбонад подготовить так же, как было указано выше (257), но перед жареньем посыпать солью, молотым перцем, смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством молока и соли, и обвалять в сухарях.

259. ШНИЦЕЛЬ ИЗ СВИНИНЫ

800 г свинины, 2 яйца, 1 стакан сухарей, 2 ст. ложки топленого сала, ½ ст. ложки сливочного масла для поливки, соль, молотый перец, 1 лимон (не обязательно), немного муки и молока.

Корейку свиную без костей разрезать поперек волокон на куски толщиной 1 см (на каждого человека один кусок) и отбить их молотком до толщины 0,5 см. Пленки в нескольких местах надрезать или порубить сечкой, затем разделать овальные шницели, посыпать молотым перцем, небольшим количеством муки, смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством молока и соли, обвалять в сухарях и поджарить на сковороде с хорошо разогретым жиром.

На подогретое блюдо прежде всего положить горячий овощной гарнир: тушеную морковь, отварной зеленый горошек или жареный картофель, а на них наискось положить шницели, залить растопленным сливочным маслом, подогретым с натертой лимонной коркой, и на каждый шницель положить по тонкому ломтику очищенного лимона.

За отсутствием корейки шницели можно приготовить из окорока, но куски мяса следует лучше отбить, перерезать пленки и удалить их, порубить тупой стороной ножа, чтобы мясо лучше склеилось, разделать шницели и приготовить их так же, как шницели из корейки.

260. БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ

800 г свинины (корейка или окорок), 1 свиная почка, 12 небольших свежих боровиков, 200 г булки, 2 ст. ложки топленого сала, молотый перец, соль, картофель.

Для соуса: 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 ст. ложки томатного пюре, 1 луковица, 2 стакана бульона, ½ стакана белого вина, лимонная кислота, соль, перец, сахар.

Сначала приготовить гарнир и соус.

Предназначенный для гарнира картофель очистить и положить в воду, почку отварить в подсоленной воде, грибы очистить, шляпки отделить и вместе с ножками варить 15 минут в подсоленной воде. Ножки грибов нарезать и вместе со шляпками и мелко нарезанным луком поджарить на масле. Выбрать для украшения несколько шляпок и замариновать их.

Булку нарезать ломтиками толщиной 1 см (диаметром 4 см.).

Предназначенную для соуса муку поджарить на масле, пока она не зарумянится, добавить томатное пюре, перец, соль, еще немного поджарить, разбавить бульоном и варить несколько минут. Затем процедить, добавить поджаренные на масле грибы, лук, лимонную кислоту по вкусу, сахар, вино (не обязательно) и снова варить 10 минут.

Отделенную от костей корейку или продолговатый кусок мякоти, вырезанной из окорока, разрезать поперек волокон на круглые ломтики толщиной 1,5—2 см (на каждого человека по 2 куска), слегка отбить молотком, чтобы они не утратили своей формы, посыпать солью, молотым перцем и с обеих сторон поджарить на хорошо разогретом жире. В сок, в котором жарилось мясо, долить немного воды, немного поварить, влить подготовленный томатный соус с грибами, положить в него поджаренные биточки и 7—10 минут тушить.

В это время поджарить на сале нарезанный дольками картофель, поджарить на сливочном масле нарезанные кружочками почки и ломтики булки (отдельно).

На подогретое блюдо аккуратно уложить биточки, под каждый биточек положить поджаренный ломтик булки (крутон), все залить густым томатным соусом с грибами. На каждый биточек положить поджаренный ломтик почки и шляпку маринованного боровика. Вокруг или с одной стороны биточков положить жареный картофель.

Если грибов нет, то вместо них на биточки можно положить маленькие слегка поджаренные на масле половинки помидоров

(441). В этом случае соус приготовить такой же, но без грибов.

261. ТЕФТЕЛИ СВИНЫЕ (В КУСОЧКАХ БУЛКИ)

800 г свинины (окорок или корейка), 100 г свежего свиного сала, 1 луковица, молотый перец, соль, 1 яйцо, 300 г булки, 1 корень хрена, свиное сало для жаренья, зелень петрушки, бульон.

Для начинки: 1 соленый огурец, ½ луковицы, ½ ст. ложки масла, 1 яйцо, соль.

Свинину хорошего качества разрезать на куски, удалить пленки, добавить свиное сало, очищенный лук и пропустить два раза через мясорубку. Если мясо жирное, то сала можно не класть. Затем добавить соль, молотый перец, немного бульона и перемешивать до образования однородной массы. Разделить ее на порции по 50 г, каждую порцию сплющить, положить на нее начинку и разделать продолговатые тефтели (на каждого человека по 2 тефтеля). Булку (несдобную) нарезать прямоугольными кусочками (величиной 0,5 см) и обвалять в них тефтели, предварительно смочив их взбитым яйцом.

Предназначенный для начинки соленый огурец очистить, удалить семена, натереть огурец на крупной терке, поджарить на масле, добавить мелко нарезанный лук, еще немного поджарить, залить взбитым яйцом и изжарить яичницу.

Тефтели жарить в большом количестве хорошо разогретого сала пока находящиеся на поверхности кусочки булки не станут золотистого цвета. Вынутые из сала тефтели положить на блюдо и на несколько минут поставить в горячую духовку для дожаривания.

Тем временем в этом же сале поджарить маленькие картошечки вырезанные специальным ножом для картофеля.

Приготовленные тефтели сразу подать на стол. Аккуратно уложить их на подогретое блюдо, с одной стороны положить мелко настроганный хрен, а с другой стороны — маленькие картошечки, зажаренные в большом количестве жира (375). Края блюда украсить зеленью петрушки. Приготовленные таким образом тефтели можно подавать на праздником обеде или ужине.

262. КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ

800 г свинины (лопатка, шея), 2 небольших ломтика булки, ½ стакана молока, 1 ст. ложка топленого сала для жаренья, ½ стакана сухарей или муки, молотый перец, соль, 1 стакан сметанного соуса, ½ стакана бульона.

Котлеты из свинины приготовляют так же, как котлеты из говядины (237). К ним подаются различные горячие мучные, крупяные и овощные гарниры. Котлеты поливают сметанным (721), луковым (713), красным (710), томатным (719) или иным соусом.

263. ТЕФТЕЛИ СВИНЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В СОУСЕ ИЗ ХРЕНА

500 г свинины, 1 луковица, 1 стакан сухарей, молотый перец, соль, 1 ст. ложка топленого сала, 2 стакана соуса из хрена, 1 кг картофельного пюре, 1 яйцо для смазывания, мука, бульон.

Свинину вместе с луком пропустить через мясорубку, добавить молотый перец, соль, полстакана сухарей, немного бульона и хорошо перемешать. Из массы приготовить тефтели величиной с каштан, обвалять их в муке и со всех сторон поджарить на хорошо разогретом жире.

В смазанную сливочным маслом и посыпанную сухарями посуду для запекания или миску положить подготовленное картофельное пюре, сделать в нем углубление и вложить обжаренные тефтели. Поверхность пюре смазать взбитым яйцом, тефтели залить соусом из хрена (724), поставить посуду в духовку и запекать в течение 20 минут, пока поверхность не зарумянится.

Тефтели подать на стол в той же посуде, в которой они запекались.

ПОРОСЯТА

ПОРОСЕНОК ОТВАРНОЙ

Наиболее вкусно мясо 4—8-недельного поросенка. Зарезанного поросенка ошпарить, удалить щетину. Тушку осушить, натереть отрубями и опалить. Затем поросенка обмыть теплой и холодной водой, осушить.

Разрезать вдоль брюшко и грудную клетку, вынуть внутренности и снова обмыть. Хорошо вычистить уши и рыльце. Язык вынуть. Поросенка следует посолить перед самым приготовлением, так как мясо посоленного раньше поросенка становится красным.

Для улучшения вкуса можно на 1—2 дня оставить зарезанного поросенка в холодном месте.

Чтобы лучше сохранился запах поросенка, при приготовлении не следует употреблять много пряностей и кореньев.

Варить можно целого, половину или часть поросенка. Мясо положить в кипящую воду и варить 1—1½ часа на очень слабом огне, чтобы вода чуть кипела. К концу варки посолить. Готового поросенка разрезать на куски, аккуратно уложить на блюдо и поставить на 5 минут в духовку, чтобы поверхность немного подсохла. К поросенку подать поджаренный на сале вареный картофель или гречневую кашу. Отдельно подать кисло-сладкий соус с изюмом (714) или соус из хрена (724).

Из головы и ножек можно сварить вкусный студень.

ПОРОСЕНОК ЖАРЕНЫЙ

Поросенка подготовить так же, как указано выше. С внутренней и внешней стороны натереть солью, оставить на полчаса, чтобы он просолился. Затем положить поросенка на противень (спиной вверх), кожу смазать сметаной, полить сливочным маслом и жарить в горячей духовке или печке. Когда он со всех сторон зарумянится, жар уменьшить, влить немного воды и каждые 10—15 минут поливать жаркое образовавшимся при жареньи соком. Поросенок должен жариться около 1— 1½ часа. Продолжительность жаренья зависит от величины поросенка и от температуры печки или духовки.

Изжаренного поросенка немного охладить, разрубить и разрезать на куски. Посреди блюда положить куски грудинки и брюшка, а сверху — куски спинки так, чтобы жаркое выглядело как целый поросенок. Спереди приставить головку, с боков — ножки. Поросенка обложить жареным картофелем. Блюдо поставить еще на 5 минут в духовку, чтобы мясо согрелось.

Тем временем приготовить соус. С сока, в котором жарился поросенок, снять жир, разбавить сок водой, немного поварить, процедить и подать в соуснике.

При подаче на стол поросенка украсить зеленью петрушки.

264. ПОРОСЕНОК ЖАРЕНЫЙ, НАЧИНЕННЫЙ СКРИЛЯМИ

Тушка, печенка, сердце, почки, легкие поросенка, 1 ст. ложка масла, 1 луковица, молотый перец, соль, 2 стакана вареных свежих грибов, бульон.

Для скрилей: 1½— 2 стакана муки, 1 яйцо, соль и вода.

Из очищенного и выпотрошенного поросенка вынуть кости (кости ног, головы оставить), посолить его и оставит на полчаса, чтобы он просолился.

Печенку, легкие, почки, язык и сердце поросенка сварить в подсоленной воде. Охладить, разрезать на куски и поджарить на масле вместе с мелко нарезанным луком. Затем пропустить через мясорубку или мелко порубить, добавить соль и перец.

Из муки, воды и яйца приготовить тесто, раскатать и нарезать небольшими ромбиками. Отварить их в подсоленной воде, затем вынуть шумовкой и смешать с массой из печени, почек поросенка и с другими добавлениями, пропущенными через мясорубку. Чтобы начинка не была твердой, добавить растопленное сливочное масло и немного бульона. Подготовленной массой начинить поросенка, зашить брюшко и зажарить в духовке, как указано выше («Поросенок жареный»). К концу жаренья добавить несколько отваренных грибов, чтобы они поджарились в образовавшемся соке.

Жареного поросенка положить на блюдо спинкой вверх, разрезать на куски и составить их так, чтобы жаркое имело вид целого поросенка. Вокруг положить грибы. Томатный или другой соус подать отдельно.

ТЕЛЯТИНА

265. ТЕЛЯЧЬЯ ГРУДИНКА ОТВАРНАЯ

1 кг телячьей грудинки, 1 луковица, ½ петрушки, ½ сельдерея (не обязательно), 12 горошин перца, 1 лавровый лист, соль, 1½ стакана сметанного соуса.

Телячью грудинку разрубить на две или больше частей так, чтобы в отваренном виде ее можно было легко разрезать. Затем грудинку обмыть, положить в кипящую воду, добавить очищенные крупно нарезанные коренья и пряности, варить на слабом огне 1—1½ часа. К концу варки посолить.

Сваренную телячью грудинку разрезать на куски, чтобы в каждом из них было по 2 ребра, полить сметанным (721) или кисло-сладким (714) соусом, несколько минут варить и подать на стол с вареным картофелем, отварной цветной капустой или рисовой кашей.

Из отварной телячьей грудинки можно также удалить ребра, придавить мясо грузом и оставить на пару часов, пока оно не остынет. Затем разрезать на куски, посыпать солью, молотым перцем, смочить взбитым яйцом, обвалять в белых сухарях и поджарить на масле. Перед подачей на стол куски аккуратно уложить на блюдо и кругом или с одной стороны положить поджаренный на масле вареный картофель, политую сливочным маслом отварную цветную капусту или картофельное пюре. Вокруг мяса налить сметанный соус (721) или подать его отдельно. Вместо соуса можно полить мясо растопленным сливочным маслом.

266. ТЕЛЯТИНА ТУШЕНАЯ

1 кг телятины, 150 г шпика, ½ ст. ложки топленого сала, ½ стакана сметаны, 1 морковь, 1 петрушка, 1 порей (не обязательно), соль, перец, бульон.

Обмытый, осушенный, посоленный и нашпигованный шпиком кусок телячьей лопатки или грудинки обжарить со всех сторон на сковороде с хорошо разогретым жиром или запечь в горячей духовке, чтобы поверхность зарумянилась. Затем положить в посуду для тушения или в низкую кастрюлю, залить бульоном, добавить нарезанные коренья, перец, накрыть посуду крышкой и тушить. концу тушения добавить сметану.

Перед подачей на стол мясо нарезать ломтиками и залить соком, в котором оно тушилось. Подать к мясу горячий вареный картофель, фасоль или рисовую кашу.

Телятину можно тушить разрезанной на куски (на каждого человека по 1—2 куска). Посыпать куски мукой, поджарить на сале, положить в кастрюлю, залить бульоном до половины, добавить нарезанные коренья, перец и тушить. Когда мясо станет мягким, добавить соль и сметану.

267. РАГУ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ С ОВОЩАМИ

1 кг телятины (грудинка, лопатка), 2 ст. ложки топленого сала, 3 моркови, 2 петрушки, 1 луковица, 1 стакан фасоли, 8 картофелин, 12 горошин перца, соль, зелень петрушки, мука, бульон.

Телятину разрубить на более мелкие куски (на каждого человека по 2-3 куска) вместе с костями. Поджарить их на жире, посыпать перцем, солью, мукой и еще раз поджарить. Затем положить в кастрюлю, налить бульона и тушить до неполной готовности. Положить нарезанный дольками сырой или поджаренный картофель, морковь, петрушку, лук, влить сметану (не обязательно) и снова тушить. Когда овощи станут мягкими, положить вареную фасоль или зеленый горошек, цветную капусту.

Рагу из телятины и овощей подать на блюде, сверху посыпать зеленью петрушки.

Зеленый салат или повидло из брусники (734) подать отдельно.

268. РАГУ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ С ГРЕНКАМИ

1 кг телятины, 1 ст. ложка масла, 2 ст. ложки муки, сок от ½ лимона или немного лимонной кислоты, 8 горошин душистого перца, 1 лавровый лист, ½ луковицы, 2 ст. ложки крошек черствого черного хлеба, соль, бульон.

Для гренок: 200 г черствой булки, 1 яйцо, 8 ст. ложки тертого сыра, сухарей или муки, ½ стакана молока, 1 ст. ложка масла.

Телятину вместе с костями разрубить на куски, посыпать солью, молотым перцем, обвалять в муке, поджарить до желтизны на масле. Положить в кастрюлю, залить горячим бульоном, добавить лук, лавровый лист и тушить. Затем мясо снять с костей, разрезать на небольшие кусочки (величиной 1,5—2 см), подогреть в соусе. Перед подачей на стол выложить на блюдо. Рядом положить гренки или картофельное пюре.

Соус. Сок, в котором тушилось мясо, процедить, всыпать поджаренные крошки черного хлеба, добавить лимонный сок или лимонную кислоту и немного поварить.

Гренки. Черствую булку (несдобную) нарезать прямоугольными ломтиками толщиной 0,5 см и длиной 10 см, смочить их в молоке, смазать взбитым яйцом и обвалять в белых сухарях, тертом сыре или муке. Сухари можно смешать с сыром. Затем ломтики поджарить с обеих сторон на масле и обложить ими рагу.

Телячье рагу можно приготовить таким же образом из оставшегося жареного мяса. Жареное или тушеное мясо поджарить, залить соусом и подогревать несколько минут. Соус приготовляется так же, только бульон для него надо сварить из костей, оставшихся от жаркого. Перед варкой кости мелко разрубить. Приготовленный соус сгустить, добавив в него поджаренную на масле муку, а для улучшения вкуса добавить сметану.

269. РАГУ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ С ЯБЛОКАМИ

600 г жареной телятины (без костей), 2 кислых яблока, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 2 стакана бульона, соль, немного сахара.

Рагу с яблоками приготовляют из мяса, оставшегося от жаркого. Оставшиеся от жаркого из телятины кости мелко порубить, залить 3 стаканами воды и немного поварить. Вынуть кости, бульон процедить. Муку поджарить на масле, разбавить бульоном из костей, добавить соль, немного сахара и поварить. Приготовленным таким образом соусом залить нарезанную четырехугольными кусочками жареную телятину и яблоки и тушить всё 10 минут на слабом огне. В качестве гарнира подать картофельное пюре.

270. ЗРАЗЫ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ С РИСОВОЙ НАЧИНКОЙ

1 кг телятины (задняя нога), ½ стакана муки, 2 ст. ложки сливочного масла или топленого сала, перец. соль, 1 стакан сметаны, бульон.

Д л я н а ч и н к и: ¼ стакана риса, 1 луковица, молотый перец, соль, ½ ст. ложки сливочного масла, 1 вареное яйцо.

Телятину разрезать на нетолстые куски, отбить, посыпать перцем и солью. На каждый кусок положить начинку из риса, свернуть, перевязать ниткой, обвалять в муке и поджарить на жире. Затем положить в кастрюлю, влить немного бульона, можно добавить томатное пюре, сметану, перец и тушить.

Начинку приготовить следующим образом. Рис отварить, откинуть на сито и дать стечь воде, добавить поджаренный на масле мелко нарезанный лук, рубленое крутое яйцо, молотый перец, соль и перемешать.

В качестве горячего гарнира подать поджаренные на масле, посыпанные солью и перцем половинки помидоров или тушеные свежие грибы.

Для зраз из телятины можно также приготовить начинку из яиц и лука, как для зраз из рубленой говядины (235). В этом случае в качестве гарнира подать рассыпчатую рисовую кашу, вареный картофель, картофельное пюре или тушеную морковь.

271. ЖАРКОЕ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ, НАШПИГОВАННОЙ САЛОМ

1 телячья задняя нога, 100—150 г свежего или копченого сала (шпик), 1 морковь, 1 петрушка, 1 сельдерей, молотый перец, соль.

Телячью заднюю ногу обмыть, осушить, натереть солью, молотым перцем и нашпиговать салом, сделав острым деревянным колышком наколы в мясе наискось волокон. Сало (шпик) нарезать продолговатыми полосками длиной 4—6 см. Нашпиговать ими телятину так, чтобы они были равномерно распределены по всему куску. Подготовленное мясо положить на противень и печь в горячей духовке. Когда жаркое со всех сторон зарумянится, влить стакан горячей воды, добавить нарезанные очищенные коренья и каждые 10—15 минут поливать жаркое образовавшимся при жареньи соком. Жарить 1—1½ часа. Если вилка свободно входит в мясо и появляется светлый сок, то жаркое готово. Пережаривать не следует, так как жаркое будет тогда сухим.

Зажаренное мясо нарезать поперек волокон ломтиками средней величины толщиной 1 см и аккуратно уложить их на блюдо. В качестве горячего гарнира к жаркому подать жареный картофель, отварной зеленый горошек, тушеную морковь и другие добавления.

Оставшийся от жаренья сок разбавить водой, немного поварить, процедить и подать в соуснике.

К блюдам из телятины можно подать салат из свежих фруктов или брусничное повидло.

Холодную жареную телятину, нарезанную ломтиками и украшенную желе из бульона, можно подавать как закуску.

Таким же образом можно жарить толстый край или лопатку. При жареньи лопатки кости можно вынуть, мясо свернуть, перевязать шпагатом и нашпиговать салом. Если телятину не шпигуют, то перед жареньем ее следует намазать сметаной и полить сливочным маслом или обложить ломтиками шпика.

272. ГРУДИНКА ТЕЛЯЧЬЯ ФАРШИРОВАННАЯ

1 кг телячьей грудинки, ½ ст. ложки сливочного масла или 50 г шпика, соль.

Для начинки: 2 телячьи почки, 100 г шпика, 2 ломтика булки, ½ стакана молока, 1 луковица, 1 яйцо, молотый перец, соль, зелень петрушки, ½ ст. ложки сливочного масла.

Телячью грудинку обмыть, осушить и на одном конце сделать глубокий надрез между ребрами и мясом, чтобы образовался как бы карман. Начинить его фаршем, затем разрез зашить, грудинку посолить, смазать маслом или обложить ломтиками шпика, положить на противень и жарить в горячей духовке так же, как жаркое из телятины.

Зажаренную грудинку немного охладить, удалить нитки. Разрезать жаркое на куски, чтобы в каждом из них было по ребру (или ребра удалить), и красиво уложить на блюдо. Вокруг мяса положить горячий гарнир: вареный картофель, тушеную фасоль или рассыпчатую рисовую кашу. Сок, оставшийся от жаркого, разбавить водой, 10 минут поварить, процедить и полить вокруг жаркого или подать в соуснике.

Предназначенные для начинки почки сварить в подсоленной воде, нарезать ломтиками и поджарить на масле вместе с нарезанным луком и почечным жиром. Охладить, пропустить через мясорубку, добавить замоченную в молоке булку, яйцо, соль, молотый перец, мелко нарезанную зелень петрушки и хорошо перемешать. Затем добавить нарезанный шпик. Подготовленной массой начинить телячью грудинку.

Вместо почек можно взять телячий язык, печенку или телятину. Начинка должна составлять более половины веса грудинки.

273. КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ

1 кг телятины (толстый край), молотый перец, 2 ст. ложки топленого масла, соль.

Телячьи котлеты приготовить так же, как свиные котлеты (257). Если слой мяса нетолстый, то его надо разрезать на куски, чтобы в каждом было по два ребра. Перед отбивкой мяса одну косточку вынуть.

К телячьим котлетам в качестве горячего гарнира подать жареный картофель или другие овощи.

Отдельно подать салат из свежих фруктов или зелени.

274. ШНИЦЕЛЬ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ

1 кг телятины, 1 яйцо, 1 стакан сухарей, 1 ст. ложка топленого сала, 1 ст. ложка сливочного масла. 1 лимон (не обязательно), молотый перец, соль.

Шницель из телятины приготовляют так же, как шницель из свинины (259).

Перед подачей на стол на подогретое блюдо сначала положить жареный картофель, с одной стороны положить на него наискось шницели и залить маслом, подогретым с натертой лимонной коркой. Каждый шницель украсить сверху очищенным ломтиком лимона. Можно украсить иначе: на один конец шницеля положить яичницу, а на другой — ломтик лимона и кусочек масла, окруженный свернутой килькой.

Из телячьей лопатки можно приготовить отбивные шницели. Мясо хорошо отбить молотком (удалив пленки) или порубить сечкой; если имеется, добавить мелко нарезанное свежее свиное сало, соль, молотый перец, разделать овальные шницели (на каждого человека по 1 штуке) и зажарить, как указано выше.

275. ТЕФТЕЛИ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ (В КУСОЧКАХ БУЛКИ)

1 кг телятины, 100 г свежего свиного сала или сливочного масла, соль, 1 яйцо внутрь, 1 яйцо для смачивания, 200 г булки (несдобной), сало для жаренья, зелень петрушки, молотый перец, бульон.

Для начинки: 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 1 стакан (неполный) молока, 1 стакан вареных свежих грибов, 100 г телячьего языка. 1 яичный желток, немного соли, сахара.

Из толстого края задней ноги теленка удалить пленки, мясо разрезать на куски, добавить свежее сало и пропустить два раза через мясорубку. Затем добавить соль, молотый перец, яйцо, немного бульона и перемешать, пока масса не станет однородной. Вместо сала в мясной фарш можно положить растертое добела масло. Затем массу разделить на порции приблизительно по 50 г в каждой, каждую порцию расплющить, положить начинку и разделать овальные тефтели. Смочить их во взбитом яйце, обвалять в кусочках не очень мелко нарезанной булки (величиной 0,5—1 см) и зажарить в большом количестве жира. Для этой цели 1,5 кг сала растопить в низкой широкой кастрюле, хорошо разогреть его, вложить тефтели (чтобы он и плавали в жире) и жарить, пока находящиеся на них кусочки булки не станут золотистого цвета. Вынутые шумовкой из жира тефтели поставить на несколько минут в духовку для дожаривания.

Перед подачей на стол тефтели положить на подогретое блюдо, сверху полить растопленным маслом, обложить маленькими картофелинками или крокетами из картофельного пюре (139, 382), зажаренными в большом количестве жира. Блюдо украсить зеленью петрушки.

Предназначенную для начинки тефтелей муку поджарить на масле, разбавить молоком. Помешивая, чтобы не образовалось комков, 20 минут варить, затем добавить поджаренные на масле вареные грибы и кусочки вареного языка, соль, сахар, перемешать и приготовленной массой начинить тефтели. Кроме того, в начинку можно положить яичный желток. Начинка должна быть густой.

276. КОТЛЕТЫ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ

1 кг телятины, 2 ломтика булки, ½ стакана молока, 1 стакан сухарей, 1 яйцо (не обязательно), 2 ст. ложки топленого сала или топленого масла, соль, молотый перец, бульон.

Котлеты из телятины приготовить так же, как котлеты из говядины (237). Перед подачей на стол котлеты залить маслом, сметанным (721), томатным (719) или молочным (725) соусом. К ним подают различные овощные, мучные и крупяные гарниры.

Биточки приготовляют так же, как котлеты, но меньшей величины и круглые.

277. ЖАРКОЕ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ, НАШПИГОВАННОЙ САЛОМ

1 кг телятины (толстый край), 150 г свежего или копченого сала (шпика), 1 морковь, 1 петрушка, 1 сельдерей, 10 свежих боровиков, 2 ст. ложки топленого сала, ½—1 стакан сметаны, молотый перец, соль.

Продолговатый кусок толстого края или задней ноги теленка обмыть, осушить, снять с поверхности пленки, завернуть в салфетку и слегка отбить. Затем мясо разрезать поперек волокон на куски толщиной 2—3 см, посыпать их солью, перцем и нашпиговать кусочками нарезанного свежего или копченого сала.

Подготовленные куски телятины положить на сковороду или в низкую кастрюлю с хорошо разогретым жиром и жарить в горячей духовке, поливая тем же жиром. Когда куски со всех сторон подрумянятся, положить нарезанные коренья, отваренные в подсоленной воде грибы. Полить сметаной, накрыть посуду крышкой и дожарить.

Жаркое подать на стол с тем же соусом, грибами и овощами, с которыми оно жарилось, а кругом обложить его крокетами из картофельного пюре (382), зажаренными в большом количестве жира, или жареным картофелем.

278. ЖАРКОЕ ИЗ РУБЛЕНОЙ ТЕЛЯТИНЫ

1 кг телятины, 2 ломтика булки, ¾ стакана молока, 1 яйцо, 1 ст. ложка масла, 2 ст. ложки сметаны, молотый перец, соль, сухари, бульон.

Мясо обмыть, осушить, удалить пленки и пропустить через мясорубку. Положить в него вымоченную в молоке булку, соль, яйцо, перец, растопленное масло, немного бульона и хорошо перемешать. В фарш можно добавить нарезанное свежее или копченое сало (шпик).

Мокрыми руками сделать из фарша продолговатый батон, положить на противень, смазать яйцом, посыпать сухарями, сделать в 2—3 местах наколы, чтобы мог выйти воздух, и жарить 1 — 1½ часа в горячей духовке.

Готовое жаркое немного охладить, нарезать ломтиками толщиной 1 см и уложить на блюдо. Кругом обложить овощным рагу (478). В сок от жаркого добавить немного воды, поварить его в той же посуде, в которой жарилось мясо, снять жир, процедить, добавить сметану и подать в соуснике.

К жаркому подать брусничное повидло (734), маринованные груши (27) или другой сладкий салат.

279. ТЕЛЯТИНА ЗАПЕЧЕННАЯ (ТОЛСТЫЙ КРАЙ)

1 кг телятины (толстый край), 1 ст. ложка масла, молотый перец, соль, 2 стакана молочного соуса, 2 ст. ложки тертого сыра.

Толстый край (или кусок задней ноги без костей) посолить, посыпать перцем, поверхность смазать сливочным маслом или нашпиговать шпиком и запечь в горячей духовке, поливая образовавшимся соком. Вместе с мясом на том же противне можно зажарить картофель и морковь, также поливая их соком от жаркого.

Запеченную телятину разрезать поперек волокон на нетолстые ломтики, не отделяя их внизу друг от друга. Под мясо положить жареную морковь, каждый второй ломтик мяса смазать молочным соусом (725) или начинкой для телячьих тефтелей (275), поверхность обровнять, посыпать тертым сыром, обложить кусочками масла, поставить в духовку и жарить, пока поверхность не зарумянится.

Перед подачей на стол мясо положить на блюдо, разделить по два смазанных соусом ломтика, не нарушая формы целого куска, обложить жареным картофелем и морковью. Сок, в котором жарилось жаркое, разбавить водой, немного поварить, процедить и подать в соуснике.

Отдельно подать зеленый салат или брусничное повидло.

280. ТЕЛЯТИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ

600 г вареной или жареной телятины, 5—7 картофелин, 1 ст. ложка топленого сала, ½ ст. ложки масла, 2 стакана молочного соуса, сухари.

Вареную или жареную телятину нарезать ломтиками и положить рядами в смазанную маслом и посыпанную сухарями посуду для запеканки или алюминиевую сковороду. Обложить ломтиками жареного картофеля или картофельным пюре, заправленным сырым яйцом, залить молочным соусом (725) средней густоты, посыпать тертым сыром или сухарями, полить жиром и жарить в духовке 20 минут, пока поверхность не запечется. На стол подать в той же посуде, в которой телятина запекалась.

Таким же образом можно запечь телячьи котлеты или биточки. Вместо картофеля можно положить политые сливочным маслом и посыпанные тертым сыром отварные макароны или рассыпчатую рисовую или пшеничную кашу, залить сметанным (721) или томатным (719) соусом и запечь.

БАРАНИНА

Наилучшим является мясо овец в возрасте 2 лет, так как оно достаточно мягкое, а бараний жир растапливается при более низкой температуре, и поэтому человеческий организм лучше его усваивает. Чем жирнее баранина, тем она считается лучшего качества. Мясо взрослых овец имеет специфический запах; он меньше ощущается в мясе молодых овец. Чтобы баранина стала мягче и приобрела более приятный вкус, ее маринуют для приготовления жаркого и тушеного мяса.

Корейка и задняя нога используются для жаренья; лопатка, грудинка и пашина — для варки, тушения, для блюд из рубленого мяса, а иногда и для жаренья. Шея используется для приготовления супов и блюд из рубленого мяса.

281. БАРАНИНА ОТВАРНАЯ

1 кг баранины, 1 луковица, 1 морковь, 1 петрушка, 1—2 лавровых листа, 12 горошин перца, соль.

Кусок бараньей грудинки или лопатки обмыть, положить в кипящую воду, добавить очищенные, промытые, крупно нарезанные коренья и пряности. Варить 1½—2½ часа, пока мясо не станет мягким. Баранину следует не переварить, так как при этом она теряет свой вкус. К концу варки посолить.

Сваренную баранину разрезать на куски, положить на блюдо и полить бульоном, в котором она варилась. Рядом с мясом положить вареный картофель или рассыпчатую рисовую кашу, сваренную в бульоне из баранины.

К баранине можно подать салат из маринованного лука (15).

Если хотят подать баранину под соусом, то из сваренной баранины надо вынуть кости, разрезать ее на куски, добавить поджаренный на масле лук, немного мелко нарезанного растертого с солью чеснока, залить красным (710) или томатным (719) соусом и тушить 10—15 минут. Перед подачей на стол баранину положить на блюдо. В качестве горячего гарнира подать вареный картофель, макароны, фасоль или рассыпчатую гречневую кашу.

282. БАРАНИНА ТУШЕНАЯ

1 кг баранины, 1 морковь, 1 луковица, 1 петрушка, 1 ст. ложка топленого сала, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка муки, 1 лавровый лист, 12 горошин перца, соль, бульон.

Обмытую, осушенную баранью грудинку или лопатку разрезать на куски или оставить целым куском. Посыпать солью, перцем, мукой и со всех сторон обжарить на жире. Очищенные и нарезанные морковь, лук, петрушку поджарить вместе с мясом или отдельно на небольшом количестве жира. В посуду для тушения или в низкую кастрюлю положить обжаренное мясо, обжаренные овощи, влить жир, на котором они жарились, залить до половины бульоном, накрыть кастрюлю крышкой и тушить, пока мясо не станет мягким. К концу тушения посолить и добавить сметану.

Из тушеного мяса удалить кости. Баранину нарезать ломтиками. Затем аккуратно уложить их на блюдо один на другой и залить соком, в котором тушилось мясо. Рядом положить тушеную свеклу, капусту или вареный картофель.

Перед приготовлением баранину можно мариновать и нашпиговать салом (шпиком).

283. ПЛОВ ИЗ БАРАНИНЫ С РИСОМ

1 кг баранины (грудинка, лопатка или шея), 1—1½ стакана риса, 2 ст. ложки топленого сала или маргарина, 2 луковицы, 3—4 моркови, 2 ст. ложки томатного пюре, перец, соль.

Обмытую, осушенную баранину разрубить на куски весом 20—40 г (грудинку рубить с костью), посолить, посыпать молотым перцем и поджарить на жире. Когда куски мяса со всех сторон подрумянятся, добавить морковь, лук и снова жарить, пока овощи не станут мягкими. Все положить в низкую кастрюлю или посуду для тушения, залить полностью мясо процеженным прозрачным бульоном или горячей водой, добавить промытый рис, поджаренное на жире томатное пюре, вскипятить, размешать, накрыть кастрюлю крышкой и тушить в духовке 1—1½ часа больше не размешивая.

284. РАГУ ИЗ БАРАНИНЫ С ОВОЩАМИ

1 кг баранины, 2 ст. ложки топленого сала, 5 картофелин, 2—3 моркови, 1 стакан фасоли, 1 петрушка, 4 луковицы, 2 ст. ложки томатного пюре, 1 ст. ложка муки, перец, соль.

Обмытое мясо (грудинку, лопатку или шею) разрубить вместе с костями на куски весом около 30—40 г. Посыпать их солью, молотым перцем и обжарить на жире. Кончая обжаривать, посыпать мясо мукой, добавить томатное пюре, положить в кастрюлю, залить бульоном или горячей водой и тушить 45—60 минут. Затем добавить нарезанные кусочками и поджаренные на жире овощи: картофель, морковь, лук, петрушку; все перемешать, накрыть кастрюлю крышкой и еще полчаса тушить в духовке, пока овощи не станут мягкими. К концу тушения положить вареную фасоль и добавить ½ стакана сметаны (не обязательно).

В рагу можно класть любые овощи, например свежую капусту, репу, а вместо томатного пюре можно положить свежие помидоры.

285. РАГУ ИЗ ОТВАРНОЙ БАРАНИНЫ

600 г баранины (без костей), 1 ст. ложка топленого сала, 2 луковицы, молотый перец, соль.

Вареную баранину разрезать на куски или ломтики, посыпать солью, перцем, поджарить вместе с луком на жире, затем залить соусом из хрена (724), луковым соусом (713) или томатным соусом с грибами (720) и слегка тушить в течение 15-20 минут.

На стол подать с вареным картофелем или картофельным пюре.

286. ЗРАЗЫ ИЗ БАРАНИНЫ

1 кг баранины, 1 ст. ложка топленого сала, 2 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки томатного пюре (не обязательно), соль, молотый перец, 1 ст. ложка муки, бульон.

Д л я н а ч и н к и: 6 луковиц, 1 ломтик черного хлеба, 100 г шпика, соль, перец.

Заднюю ногу баранины разрезать поперек волокон на нетолстые куски (на каждого человека по 2 куска), слегка отбить их молотком, посыпать перцем, солью, положить по ½ ст. ложки начинки, свернуть рулетом, заделать концы, перевязать ниткой, затем зразы посыпать мукой и поджарить на сале. Положить их в кастрюлю, влить немного бульона, добавить сметану и томатное пюре, затем тушить.

Начинку приготовить следующим образом. Лук нарезать, поджарить на жире вместе с хлебными крошками и кусочками шпика, добавить перец, соль, перемешать и начинить зразы.

Перед подачей на стол нитки удалить, зразы положить на блюдо и залить соком, в котором они тушились. Рядом со зразами положить гречневую, ячневую кашу или картофельное пюре.

287. РУЛЕТ ИЗ БАРАНИНЫ С ФАСОЛЬЮ

1 кг бараньей грудинки, 100—150 г шпика, 1 ст. ложка топленого сала, молотый перец, соль, бульон.

Для гарнира: 0,5 кг фасоли, 3 луковицы, ½ стакана хорошего томатного пюре, ½ ст. ложки муки, 1 ст. ложка масла или топленого сала.

Обмытую, осушенную баранью грудинку (удалить ребра) слегка отбить молотком, посыпать солью, перцем, обложить нарезанными продолговатыми кусочками шпика (если мясо не жирное) и свернуть рулетом. Затем перевязать крепкой льняной ниткой, края зашить и со всех сторон поджарить рулет на сковороде с хорошо разогретым жиром, пока поверхность не подрумянится. Затем рулет положить на противень или в кастрюлю, влить 1 стакан бульона и жарить в духовке, часто поливая образовавшимся при жареньи соком, или тушить в закрытой кастрюле на плите (можно и в духовке).

Из жареного или тушеного рулета удалить нитки, нарезать ломтиками толщиной 1 см и аккуратно уложить на блюдо.

К мясу можно подать вареную фасоль. Приготовить ее следующим образом: мелко нарезанный лук поджарить на масле или сале, посыпать мукой, добавить томатное пюре, еще поджарить и разбавить соком от жаренья мяса. Затем добавить вареную фасоль и еще 10 минут медленно тушить. Приготовленную фасоль положить на блюдо с одной стороны рулета. Мясо полить соком.

Отдельно подать салат из свежей капусты, помидоров, огурцов, редиски или редьки.

288. БАРАНИНА ЖАРЕНАЯ

1—1,5 кг баранины (корейка или задняя нога), молотый перец, соль, жир, бульон, коренья.

Обмытый кусок баранины (удалив крупные пленки и оставив жир) положить в глиняную миску, посыпать нарезанными морковью, луком, петрушкой, залить разбавленным уксусом или охлажденным маринадом (694), накрыть крышкой и мариновать в течение 3—24 часов.

Маринованное мясо осушить, потом его можно завернуть в салфетку и слегка отбить. Затем мясо натереть солью, перцем и со всех сторон поджарить на сковороде с хорошо разогретым жиром, пока оно не зарумянится. Потом мясо положить на противень, влить стакан бульона и жарить в духовке, поливая его каждые 10—15 минут образовавшимся при жареньи соком. За полчаса до окончания жаренья на этот же противень можно положить очищенный и нарезанный крупными дольками лук или разрезанный пополам сырой картофель одинаковой величины и формы и жарить, поливая соком от жаркого. Надо следить, чтобы мясной сок не подгорел, так как тогда овощи будут иметь некрасивый вид.

Перед подачей на стол баранину нарезать ломтиками, уложить аккуратно на блюдо, вокруг или с одной стороны положить жареный лук или картофель. Можно также с одной стороны мяса положить картофель, а с другой — лук.

Оставшийся сок разбавить водой, немного поварить, процедить и подать отдельно в соуснике.

К баранине можно подать свежие или квашеные овощи, горчицу с томатом (690).

289. ГРУДИНКА БАРАНЬЯ ФАРШИРОВАННАЯ

1 кг бараньей грудинки, молотый перец, соль, 1 ст. ложка сметаны, ½ ст. ложки масла.

Д л я н а ч и н к и: ½—¾ стакана риса, 200 г телячьей или бараньей печенки, 2 луковицы, 1 яйцо, 2 ст. ложки масла или маргарина, соль, перец, зелень петрушки, мука, бульон.

Баранью грудинку подготовить и изжарить так же, как телячью грудинку (272), но нафаршировать другой начинкой.

Печенку, предназначенную для начинки, нарезать ломтиками, обвалять в муке и поджарить на жире вместе с нарезанным луком. Охлажденную печенку пропустить через мясорубку, хорошо растереть ложкой, разбавить бульоном, добавить соль, молотый перец, растопленное сливочное масло, мелко нарезанную зелень петрушки, хорошо растереть, добавить вареный рис и яйцо, затем все перемешать. Подготовленной массой начинить баранью грудинку, посолить ее, сверху посылать молотым перцем, смазать сметаной, полить маслом и зажарить в духовке, поливая соусом от жаркого.

Перед подачей на стол жаркое нарезать нетонкими ломтиками (ребра лучше удалить) и аккуратно положить на блюдо. С одной стороны мяса положить горячие поджаренные половинки помидоров (441). Их можно поджарить вместе с мясом, поливая тем же соком.

В посуду, в которой жарилось мясо, влить воды (разбавить сок от жаркого), снять жир, сок немного поварить, процедить и подать отдельно в соуснике.

290. КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ БАРАНИНЫ

1 кг баранины (корейка), 1 ст. ложка топленого сала, ½ ст. ложки масла, молотый перец, соль.

Котлеты из баранины приготовить так же, как из свинины (257).

Зажаренные котлеты тотчас же подать на стол. Положить их на подогретое блюдо и полить растопленным сливочным маслом. Горками положить на блюдо жареный картофель, тушеную спаржевую фасоль, жареные грибы и другие овощные гарниры.

291. КАРБОНАД ИЗ БАРАНИНЫ

Карбонад из баранины приготовляют так же, как из свинины (258).

292. ШНИЦЕЛЬ ИЗ БАРАНИНЫ

1 кг баранины (корейка или задняя нога), 1 яйцо, 1 стакан сухарей, ½ ст. ложки масла для поливки, молотый перец, соль.

Шницель из баранины приготовляют также, как из свинины (259).

Шницель подать на стол с жареным картофелем или другим овощным гарниром.

Отдельно подать салат из свежих овощей.

293. ШАШЛЫК ИЗ БАРАНИНЫ

1 кг баранины, 6 луковиц, ½ пучка зеленого лука, 1 лимон, молотый перец, лимонный сок, лимонная кислота или уксус, соль, зелень петрушки.

Для рисовой каши: 1 стакан риса,

1—2 ст. ложки масла, бульон из бараньих костей.

С бараньей задней ноги, лопатки или корейки удалить пленки, разрезать мясо на нетонкие четырехугольные куски весом около 30-40 г, посыпать их солью, молотым перцем, очень мелко нарезанным луком и зеленью петрушки, полить лимонным соком, лимонной кислотой или уксусом, положить в глиняную миску, перемешать, хорошо прижать грузом и, накрыв посуду, оставить на 4—12 часов в холодном месте. При разрезании грудинки или корейки молодого животного можно не удалять ребра и не поливать кислотой мясо, а только посыпать его луком и пряностями и поставить в холодное место.

Затем на металлический вертел нанизывать поочередно куски мяса и кружки лука чтобы первым и последним были куски мяса. Жарить, переворачивая вертел над горячими угольями (без пламени).

Перед подачей на стол мясо снять с вертела и положить на подогретое блюдо в таком же порядке, в каком жарились куски. Рядом положить сваренную на бульоне из бараньих костей рассыпчатую рисовую кашу и полить ее сливочным маслом. С одного конца блюда положить ломтики а с другого — крупно нарезанный зеленый лук.

Подготовленную таким же образом баранину можно зажарить и на сковороде. Маринованное мясо и кружочки лука нанизать на хорошо остроганные деревянные колышки (по одному колышку на порцию) и жарить на сковороде с хорошо разогретым жиром. Когда одна сторона зажарится, перевернуть мясо со всем колышком и обжарить другую сторону. Затем мясо на несколько минут накрыть крышкой, чтобы оно тушилось.

При подаче на стол снять мясо с колышков и уложить его так же, как шашлык, зажаренный на вертеле.

КОТЛЕТЫ ИЗ БАРАНИНЫ

Котлеты из баранины приготовить так же, как котлеты из говядины (237). К котлетам из баранины в качестве гарнира подать горячую тушеную свеклу. Котлеты залить луковым (713) или сметанным (721) соусом.

294. БАРАНИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ФАСОЛЬЮ

600 г жареной или вареной баранины (без костей), 1 ст. ложка масла или маргарина, 2/3 стакана фасоли, 2 стакана сметанного соуса с томатным пюре, сухари.

Жареную баранину разрезать на ломтики или кусочки. Отварную баранину (разрезанную) нужно обжарить на жире.

Посуду для запеканки или сковороду смазать маслом, положить ломтики мяса, обложить их отварной фасолью, гороховой кашей или отваренными ломтиками сельдерея, всё залить сметанным соусом с томатным пюре (722), сверху посыпать тертым сыром или сухарями, полить маслом и 20—30 минут запекать в духовке. На стол подать в той же посуде, в которой баранина запекалась.

КОЗЛЯТИНА

Козлятина бывает более тощей, чем баранина. Из козлятины можно приготовлять такие же блюда, как из баранины. Перед приготовлением мясо козы, а в особенности козла, следует 2—3 дня мариновать. Наиболее вкусно мясо 4—5-месячных козлят.

КРОЛИК

Кроличье мясо белое, легко перевариваемое и вкусное. Мясо зарезанного кролика следует оставить лежать 1—2 дня, так как тогда оно становится более вкусным. Мясо недавно зарезанного кролика надо несколько часов мариновать.

Кроличье мясо пригодно для тушения, а поясница и задняя часть — для жаренья.

295. КРОЛИК ОТВАРНОЙ ПОДЖАРЕННЫЙ

1 кг кроличьего мяса, 1 морковь, ½ петрушки, ½ луковицы, соль, 1 ст. ложка масла, 2 ст. ложки сметаны.

Обмытое и разрубленное на куски мясо положить в кипящую воду и варить с кореньями. Под конец варки посолить.

Сваренное мясо поджарить на сковороде с хорошо разогретым жиром. При подаче на стол мясо положить на блюдо, полить оставшимся на сковороде маслом, смешанным со сметаной. Рядом положить жареный картофель, картофельное пюре, отварные макароны или какую-либо кашу из крупы.

Отдельно подать брусничное повидло (734).

296. КРОЛИК ТУШЕНЫЙ

3 кг кроличьего мяса, 1 ст. ложка топленого сала, сливочного масла или маргарина, 1 морковь, 1 петрушка, 1 луковица, ½—1 стакан сметаны, молотый перец, соль, мука, бульон.

Обмытое, осушенное и разрубленное на куски (в месте с костями) кроличье мясо посыпать солью и перцем. Бока кролика можно нафаршировать такой же начинкой, как при приготовлении фаршированного кролика (299). Чтобы было удобнее сгибать ребра, их следует изнутри надрубить. Начиненные бока заколоть лучинкой, чтобы они не раскрылись. Затем куски обвалять в муке, поджарить на жире, положить в кастрюлю, посыпать нарезанными и поджаренными с жиром морковью, луком и петрушкой. Все залить до половины горячей водой или бульоном, накрыть кастрюлю крышкой и тушить. К концу тушения положить сметану и, если требуется, соли по вкусу. Вместо сметаны можно взять больше сала.

При тушении поясницы и задней части кролика их можно нашпиговать шпиком, обжарить с жиром или в духовке, а затем тушить.

К тушеному кролику в качестве гарнира подать вареный картофель. Отдельно подать брусничное повидло или зеленый салат.

297. ПЛОВ ИЗ КРОЛИКА С КРУПОЙ

1 кг кроличьего мяса, 2 ст. ложки топленого сала, маргарина или топленого масла, 3 луковицы, 2 моркови, 1 стакан риса, перловой или пшеничной крупы, соль, перец.

Обмытое, осушенное, разрубленное на небольшие куски вместе с костями кроличье мясо посыпать солью, молотым перцем и обжарить на жире. Затем мясо положить в кастрюлю, влить 2½ стакана бульона или горячей воды и наполовину стушить. Потом добавить мелко нарезанные поджаренные с жиром коренья, промытую крупу, все перемешать и тушить в духовке.

При подаче на стол плов выложить на блюдо.

298. КРОЛИК ЖАРЕНЫЙ

1 кг кроличьего мяса, 150 г шпика, 1 ст. ложка сметаны, 1 ст. ложка топленого сала или топленого масла, 3 моркови, ½ луковицы, 10 картофелин, соль.

Отрубить заднюю часть кролика вместе с поясницей. Обмытое, осушенное, посоленное и нашпигованное кусочками шпика мясо намазать сметаной. Положить на противень с разогретым жиром и жарить в горячей духовке. Когда мясо обжарится, добавить очищенные и нарезанные коренья, разрезанный на крупные куски картофель, долить немного воды и снова жарить, поливая каждые 10—15 минут образовавшимися при жареньи соком и жиром.

Зажаренного кролика разрезать на куски и положить на подогретое блюдо. Одновременно подать горячие зажаренные вместе с жарким овощи.

С образовавшегося от жаркого сока снять жир, сок разбавить водой и немного поварить в той же посуде, в которой жарилось жаркое. Затем сок процедить и залить им мясо. Сок можно также заправить двумя ложками сметаны, а затем подогреть его.

299. КРОЛИК ФАРШИРОВАННЫЙ

1 кролик, 1 ст. ложка топленого сала, 150 г шпика, соль.

Для начинки: лопатки кролика, его почки, печенка, сало, 1 луковица, 2 моркови, 1 яйцо, 2 ломтика булки, 2/3 стакана молока для замачивания, 1 ст. ложка масла, перец, немного сметаны.

Кролика обмыть, осушить, отрезать лопатки и шею, сечкой или ножом надрубить с внутренней стороны позвоночник (не разрубая его полностью), чтобы зажаренного кролика было легче разрезать на куски.

Затем кролика посолить, начинить фаршем, брюшко зашить, спинку и задние ноги нашпиговать шпиком, положить на противень (спинкой вверх) и зажарить.

Предназначенное для начинки мясо срезать с лопаток, шеи и хорошо порубить вместе с почками, печенкой, салом, поджаренными морковью и луком. Добавить намоченную в молоке булку, нарезанный шпик, молотый перец, соль, яйцо, сметану, все перемешать и начинить кролика. В начинку можно положить (не обязательно) рубленую или пропущенную через мясорубку телятину, курятину или печенку.

Перед подачей на стол жаркое разрезать на куски, положить их на подогретое блюдо в том же порядке, как было целое жаркое, и полить оставшимся от жаркого соком. Обложить жареным картофелем.

Отдельно подать зеленый салат, брусничное повидло или салат из свежих фруктов.

Таким же образом можно начинить и зажарить только переднюю часть кролика.

300. ШНИЦЕЛЬ ИЗ КРОЛИКА

1 кг кроличьего мяса, 100 г свежего сала-шпика, 1 ст. ложка топленого сала или топленого масла, 1 яйцо, ½ стакана крошек белого хлеба, 1 ст. ложка тертого сыра, молотый перец, соль, немного молока.

Мясо поясницы и задней части кролика вместе с салом (шпик) порубить сечкой. Если кролик жирный, сала можно не класть, использовав вместо него жир кролика. Затем отбить мясо ножом, разделать овальные шницели (на каждого человека по 1—2 шницеля), посыпать их солью, молотым перцем, смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством молока, обвалять в крошках черствой булки или в сухарях, смешанных с тертым сыром, и зажарить на сливочном масле.

К шницелю подать горячий вареный, жареный на сале картофель, тушеную морковь и картофельное пюре.

К шницелю можно также подать салат из свежих фруктов, моченые яблоки, брусничное повидло, салат из маринованных грибов.

301. КОТЛЕТЫ ИЗ КРОЛИКА

1 кг кроличьего мяса, 100 г шпика, ½ стакана молока, 1 ст. ложка топленого сала, сливочного масла или маргарина, 1 яйцо, молотый перец, соль, 2 ломтика булки, сухари.

Обмытое, осушенное и отделенное от костей кроличье мясо пропустить через мясорубку вместе со шпиком и замоченной в молоке булкой. Добавить соль, перец, яйцо, хорошо перемешать и разделать котлеты. Жарить на хорошо разогретом жире. Перед жареньем котлеты можно обвалять в сухарях или муке.

При подаче на стол котлеты положить на блюдо, залить маслом, а рядом положить горячий гарнир из овощей или крупы.

302. ШНИЦЕЛЬ ИЗ КРОЛИКА. ЗАПЕЧЕННЫЙ В СОУСЕ

Разделать шницели из кролика (300), положить на смазанную маслом сковороду или посуду для запеканки, кругом обложить поджаренным картофелем или какой-нибудь кашей из крупы, залить довольно густым молочным (725), сметанным (721) или луковым (713) соусом, посыпать тертым сыром, полить сливочным маслом и запекать 20 минут в духовке. Подать на стол в той же посуде, в которой запекался шницель.

Таким же образом можно запечь котлеты из кролика или кусочки жареного кролика, удалив кости.

ДИЧЬ

Из мяса диких животных — косули, кабана, зайца и др. — приготовляются такие же блюда, как из мяса домашних животных. Блюда из мяса зайца приготовляют так же, как из кролика, из мяса косули — как из баранины, из мяса кабана — как из свинины.

Для улучшения вкуса кушаний, приготовленных из мяса диких животных, а также чтобы они были мягче, мясо надо мариновать. Мясо косули, удалив внутренности, надо положить на несколько дней в холодное место. Его можно жарить, тушить, запекать. Блюда из косули можно подать на праздничном обеде или ужине.

ЗАЙЧАТИНА

Зайчатина более жесткая и темнее, чем мясо кролика. Она имеет своеобразный сильный запах. Наиболее вкусно мясо зайца осенью и зимой, когда зайцы жирные. Зимой застреленного зайца следует на 4—5 дней оставить в холодном месте, чтобы мясо стало более вкусным.

Перед приготовлением с зайца нужно снять кожу, отрубить голову и ноги, затем мясо обмыть, кровянистые места вырезать, удалить пленки и мариновать мясо от 4 до 24 часов.

Мясо зайца по большей части тушат, однако задние ноги и спинку можно жарить. При тушении или жареньи мясо зайца надо нашпиговать шпиком.

Жаркое из зайца можно подавать на праздничном обеде или ужине. В качестве гарнира дают горячую тушеную свеклу (431) и жареный картофель.

303. ЗАЯЦ, ТУШЕННЫЙ В СМЕТАНЕ

1 заяц, 100—150 г шпика, 1 ст. ложка масла или топленого свиного сала, 1 стакан сметаны, 2 стакана бульона, ½ ст. ложки муки, молотый перец, соль, немного сахара.

Для маринада: 1 стакан уксуса (3%).

200 г кореньев (морковь, лук, петрушка, сельдерей), 12 горошин горького и душистого перца, 10 ягод можжевельника.

Обмытое и разрубленное на большие куски мясо зайца посыпать мелко нарезанными кореньями, залить охлажденным маринадом (694) и оставить на сутки, чтобы оно промариновалось.

Затем осушенное, нашпигованное шпиком мясо разрезать на меньшие куски, посыпать солью, молотым перцем, обвалять в муке и обжарить с хорошо разогретым жиром. Мясо положить в кастрюлю, залить оставшимся жиром, посыпать вынутыми из маринада овощами, немолотым перцем, ягодами можжевельника, залить бульоном, добавить часть сметаны, накрыть кастрюлю крышкой и тушить, пока мясо не станет мягким. К концу тушения влить оставшуюся сметану; если требуется, добавить соли и немного сахара.

Стушенное мясо положить на блюдо и залить процеженным соком, в котором оно тушилось. С одной стороны мяса положить вареный картофель или картофельное пюре, а с другой — тушеную свеклу.

Зайца можно также тушить иным способом. Маринованное мясо зайца нашпиговать шпиком, намазать сметаной и обжарить в духовке до неполной готовности. Затем разрезать его на более мелкие куски, положить в кастрюлю, посыпать вынутыми из маринада овощами, мелконарезанными дольками свежих или сушеных яблок, залить бульоном, сметаной и тушить.

304. ЗАЯЦ ЖАРЕНЫЙ

1 заяц, 100—150 г шпика, 1 ст. ложка масла, 1 стакан сметаны, 1 стакан бульона, молотый перец, соль.

Для заливки жаркого: 1 заячья печенка, ½ ст. ложки муки, ½ ст. лож ки масла.

Для тушеной свеклы: 1,5 кг свеклы, 1 ст. ложка масла, ½ ст. ложки муки, 2 большие луковицы, 1 стакан сметаны, 1 ст. ложка сахара, уксус, соль.

Отделить заднюю часть зайца с поясницей, обмыть и несколько часов или 1 сутки мариновать с кореньями (694). Затем мясо осушить, натереть солью, перцем, нашпиговать шпиком, поверхность намазать сметаной, положить на сковороду или противень и жарить 1½—2 часа в духовке, поливая соком от жаркого. Для придания лучшего вида залить жаркое во время жаренья соусом, приготовленным из заячьей печенки. Для соуса муку поджарить на масле, разбавить бульоном, добавить протертую через сито печенку, размешать и к концу жаренья этим соусом пару раз полить жаркое.

При подаче на стол мясо разрезать на куски, положить на подогретое блюдо в том же порядке, в каком оно жарилось, и залить заправленным сметаной процеженным соком от жаркого.

Свеклу сварить, очистить и натереть на крупной терке. Поджаренные на сливочном масле муку и лук разбавить небольшим количеством бульона, сметаной, смешать со свеклой, добавить по вкусу соли, уксуса, сахара, несколько минут тушить и подать к жаркому.

305. КОТЛЕТЫ ИЗ ЗАЙЦА

1 кг заячьего мяса, 2 ст. ложки топленого свиного сала или сливочного масла, молотый перец, соль, 3 луковицы, 1 стакан сметаны.

Обмытые, осушенные, нарезанные поперек волокон маринованные заячьи задние ноги и спину хорошо отбить или порубить сечкой. Затем мясо разделить на порции (около 80 г), ножом разделать круглые котлеты толщиной 1 см, посыпать их солью, перцем и с обеих сторон поджарить с хорошо разогретым жиром. Затем положить в кастрюлю, посыпать поджаренным луком, полить сметаной, накрыть кастрюлю крышкой и 15—20 минут тушить в духовке.

Котлеты подать с тушеной свеклой и жареным картофелем.

306. ЗАЯЦ ИЛИ КОСУЛЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ

1 кг мяса зайца или косули, 1 печенка зайца или косули, 1 ст. ложка топленого свиного сала, 1 ст. ложка муки, 200 г шпика, 1 яйцо, ½ стакана вина, 2 ст. ложки тертого сыра, ¼ мускатного ореха, 8 горошин душистого перца, 8 черных ягод можжевельника , соль, 2 ломтика булки, немного молока, бульон.

Для соуса: 1 стакан сока, в котором тушилось мясо, 1 ст. ложка белых сухарей, ¼ ст. ложки сливочного масла, ½ стакана сметаны.

Очищенное мясо зайца или косули мариновать сутки, затем обмыть, осушить, посыпать мукой и обжарить на жире вместе с печенкой.

В кастрюлю положить обжаренное мясо, печенку, вынутые из маринада овощи (694), нарезанный шпик, залить до половины горячим бульоном и тушить. Затем мясо пропустить через мясорубку вместе с овощами, печенкой и замоченной в молоке булкой. Массу тщательно растереть и, если нужно, разбавить бульоном, добавить яйцо, измельченные ягоды можжевельника, перец, мускатный орех, соль, тертый сыр и вино, перемешать, переложить в смазанную жиром и посыпанную сухарями посуду для запеканки, залечь в духовке.

Запеканку подать на стол в той же посуде.

Соус приготовить из оставшегося сока, в котором тушилось мясо. Сок процедить, добавить поджаренные на масле сухари, сметану, вскипятить и подать в соуснике.

МЯСНЫЕ СУБПРОДУКТЫ

307. ТУШЕНЫЕ ПОЧКИ

700 г почек, 2 ст. ложки топленого свиного сала, 1 ст. ложка муки, 2 моркови, 1 петрушка, 5 картофелин, 3 луковицы, 2 небольших огурца, 1 долька чеснока, 1 стакан сметаны, 2 ст. ложки томатного пюре, перец, соль, зелень петрушки, бульон.

Почки нарезать поперек нетолстыми ломтиками (говяжьи почки предварительно вымочить и отварить в подсоленной воде), посолить, посыпать мукой и обжарить на сале. Положить их в кастрюлю, залить бульоном, добавить сметану, томатное пюре, перец, нарубленный чеснок и тушить. Затем нарезанные, очищенные (удалить семена) огурцы, морковь, петрушку, лук и картофель поджарить, положить в кастрюлю с почками и тушить, пока они не станут мягкими.

Подать на блюде или в салатнике, посыпав зеленью петрушки.

308. ПОЧКИ С ГРИБАМИ И ГРЕНКАМИ

700 г телячьих почек, 1 ст. ложка масла, ½ стакана муки, 2 луковицы, 2 стакана вареных грибов, молотый перец, соль, 1 стакан сметаны.

Для гренок: 300 г черствой булки, ½ стакана цельного молока или сливок, ½ стакана сухарей, 1 яйцо, 1 ст. ложка масла.

Обмытые почки нарезать ломтиками, посыпать солью, молотым перцем, мукой и обжарить на масле. В кастрюлю положить почки, поджаренный на масле лук, поджаренные на масле вареные грибы, залить сметаной и тушить.

Булку, предназначенную для гренок (корку срезать), нарезать большими ломтиками, смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством молока или сливок, обвалять в сухарях и поджарить на масле.

Положить на блюдо ломтики булки, а на них почки; рядом положить вынутые из соуса грибы и все залить тем же соусом.

Отдельно подать салат из свежей капусты (12).

309. ПОЧКИ ЖАРЕНЫЕ

700 г свиных, телячьих или говяжьих почек, 2 ст. ложки топленого сала, комбижира или маргарина, 3 луковицы, соль, молотый перец.

Говяжьи почки разрезать пополам, замочить на 3—4 часа в холодной воде, затем сварить в подсоленной воде. Свиные и телячьи почки варить не надо.

Потом почки нарезать поперек ломтиками толщиной 0,5 см, посолить, посыпать перцем и зажарить на сале. Долго жарить не нужно, так как в противном случае почки становятся твердыми.

Зажаренные почки залить поджаренным на масле луком или полить лимонным соком. Их можно также подать с томатным соусом. В этом случае почки положить в подготовленный томатный соус, подогреть до кипения и подать на стол.

К почкам в качестве гарнира хороши тушеные свежие грибы или поджаренные на масле половинки помидоров (441). Положить их на блюдо рядом с почками.

Можно подать и другие горячие гарниры: картофельное пюре, вареный или жареный картофель и рисовую кашу.

310. ПОЧКИ. ЖАРЕННЫЕ В СУХАРЯХ

700 г свиных, бараньих или телячьих почек, 1 ст. ложка муки, 1 яйцо, 1 стакан суха рей, 2 ст. ложки топленого сала, молотый перец, соль.

Почки разрезать вдоль на нетолстые ломтики так, чтобы сохранилась форма целой почки, посыпать солью, перцем, мукой. смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством соли, обвалять в сухарях и с обеих сторон обжарить с жиром на сковороде. Затем на несколько минут поставить в духовку для дожаривания.

При подаче на стол почки положить на блюдо и залить жиром, в котором они жарились. Рядом положить жареный картофель. Если имеется лимон, натереть корку на терке, поджарить на масле и залить почки, а на каждый кусок почки положить по ломтику лимона.

311. ЗРАЗЫ ИЗ ПЕЧЕНКИ

700 г телячьей или говяжьей печенки, 100 г шпика, 1 ст. ложка топленого сала, 1 ст. ложка муки, 1 стакан бульона, 3 луковицы, ½ стакана сметаны, молотый перец, соль.

Обмыть печенку, удалить пленки. Нарезать печенку ломтиками толщиной 1 см, отбить молотком или слегка порубить ножом (не разрубая насквозь), посыпать солью и перцем. На каждый ломтик положить нарезанный продолговатыми кусочками шпик, поджаренный с жиром лук. свернуть в виде зраз, а чтобы они не развалились, заколоть лучинкой. Затем зразы посыпать мукой, слегка поджарить на жире, положить в кастрюлю, посыпать оставшимся луком, влить 1 стакан бульона, добавить сметану и тушить 7—10 минут.

В качестве гарнира подать горячий вареный или жареный картофель.

Отдельно подать салат или соленые огурцы.

312. ПЕЧЕНКА. НАШПИГОВАННАЯ СВИНЫМ САЛОМ

700 г печенки (телячьей, свиной), 150 г свежего сала, ½ стакана муки, 2 ст. ложки топленого сала, 2 моркови, 1 петрушка, 2 луковицы, молотый перец, 6 ягод можжевельника, соль, ½ стакана сметаны, бульон.

Обмыть печенку, вымочить ее, удалить пленки, разрезать на нетолстые куски, нашпиговать нарезанными продолговатыми кусочками свиного сала, посыпать перцем, солью, мукой и поджарить на жире.

Лук нарезать кружочками, петрушку и морковь мелко натереть на терке и поджарить на жире. Затем слоями положить в кастрюлю нарезанные куски печенки, поджаренные овощи и растолченные ягоды можжевельника, залить небольшим количеством бульона, добавить сметану и тушить.

Подать в качестве гарнира горячий жареный картофель или картофельное пюре.

313. ПЕЧЕНКА ЖАРЕНАЯ С ЛУКОМ

700 г телячьей, свиной, бараньей или говяжьей печенки, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка топленого сала, 1 ст. ложка масла, 6 луковиц, молотый перец, соль.

Обмытую печенку вымочить, удалить пленки, нарезать тонкими ломтиками, посыпать солью, молотым перцем, обвалять в муке и поджарить на сковороде с хорошо разогретым жиром. Когда разрезанная в самом толстом месте печенка уже не красного цвета, она готова. Печенку не следует пережарить, так как тогда она твердеет.

Перед подачей на стол печенку положить на подогретое блюдо, на каждый кусок положить поджаренный на сливочном масле до желтизны лук, а рядом положить вареный картофель или картофельное пюре. К печенке можно подать и рассыпчатую гречневую кашу.

Кроме того, поджаренную печенку можно подать с луковым, томатным или красным соусом.

314. МОЗГИ ОТВАРНЫЕ

700 г мозгов, 100 г кореньев для варки, 2 ст. ложки уксуса (3%), лавровый лист, перец, соль, зелень петрушки.

Мозги пару часов вымачивать в холодной воде, затем, не вынимая из воды, снять с них пленки. Потом мозги положить в холодную воду, подкислить уксусом и при очень слабом кипении варить 20—30 минут с кореньями и пряностями.

Сваренные мозги вынуть шумовкой, дать стечь воде и разделить на части.

При подаче на стол залить мозги белым соусом с яйцами (716) или маслом с сухарями (729). В качестве гарнира подать горячий отварной зеленый горошек, спаржевую фасоль или цветную капусту, залитые маслом. Можно также подать картофельное пюре или рисовую кашу.

315. МОЗГИ ОТВАРНЫЕ ПОДЖАРЕННЫЕ

700 г мозгов, 100 г кореньев, 2 ст. ложки уксуса (3%), 1 лавровый лист, перец, 1 яйцо, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки масла, зелень петрушки, соль, немного молока, сухари.

Мозги сварить в подкисленной воде, как указано выше (314), разделить на части, посыпать солью, молотым перцем, мукой, смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством молока и соли, обвалять в белых сухарях и поджарить на масле или в большом количестве сала. Затем поставить на несколько минут в духовку для дожаривания.

При подаче на стол залить маслом, посыпать зеленью петрушки, а рядом положить горячий гарнир из разных овощей.

316. МОЗГИ ЖАРЕНЫЕ

700 г мозгов, перец, соль, 2 ст. ложки масла, 2 ст. ложки муки, зелень петрушки.

Мозги вымочить, удалить пленки, посыпать солью, перцем, обвалять в муке и поджарить на масле. Затем поставить на несколько минут в духовку для дожаривания.

Мозги можно жарить и в сухарях. В этом случае обвалянные в муке мозги нужно смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством молока и соли, посыпать сухарями и зажарить на масле.

При подаче на стол жареные мозги положить на блюдо, залить растопленным маслом, посыпать зеленью петрушки, а рядом положить жареный картофель и отварной зеленый горошек. Мозги можно украсить ломтиками лимона.

317. БИТОЧКИ ИЗ МОЗГОВ

500 г мозгов, 1 яичный желток, 1 яйцо, 1 ломтик булки, молоко для замачивания булки, зелень петрушки, мускатный орех, соль, ½ стакана сухарей, 1 ст. ложка топленого масла.

Мозги пару часов вымачивать в воде, затем обмыть, опустить в горячую воду и варить несколько минут. Потом вынуть, удалить пленки, добавить замоченную в молоке и отжатую булку, мелко нарубленную зелень петрушки, тертый мускатный орех, соль, яичный желток, хорошо перемешать и разделать круглые биточки или овальные тефтели. Смочить их взбитым яйцом (не обязательно), обвалять в сухарях и зажарить на сливочном масле.

Подать с отварным зеленым горошком, залитым маслом, цветной капустой, картофельным пюре или жареным картофелем.

318. ЯЗЫК ПОД СОУСОМ ИЗ ХРЕНА

700 г говяжьих, свиных или других языков, 1 морковь, ½ петрушки, ½ луковицы, перец, лавровый лист, соль, 2 стакана соуса из хрена.

Соскоблить слизь, обмыть языки, положить в холодную воду и при слабом кипении варить 2—3 часа, пока они не станут мягкими. В середине варки следует положить очищенные и крупно нарезанные коренья, перец, лавровый лист. К концу варки посолить.

Сваренные языки вынуть из кастрюли, положить в холодную воду и снять с них кожу. Затем нарезать их поперек волокон ломтиками толщиной 1 см, залить горячим соусом из хрена (724) и подогреть до кипения.

К языку подать горячий гарнир — залитый маслом зеленый горошек, картофельное или фасолевое пюре.

Вареный и залитый соусом из хрена язык можно запечь в духовке.

319. ЯЗЫК В СУХАРЯХ

700 г языка, 100 г кореньев, перец, соль, 1 ст. ложка муки, 1 яйцо, 1 стакан сухарей, 2 ст. ложки топленого свиного сала или сливочного масла, 2 стакана сметанного соуса.

Язык сварить с кореньями и перцем (318), на короткое время опустить в холодную воду, снять кожу, нарезать ломтиками, посолить, слегка посыпать мукой, смочить взбитым яйцом, обвалять в белых сухарях и поджарить на масле или топленом сале. Подать с вареным или жареным картофелем, фасолевым или гороховым пюре. Горячий сметанный (721), томатный (719) или красный соус (710) подать отдельно. Вместо соуса язык можно залить растопленным маслом.

320. РУБЕЦ

800 г рубца (свиного, говяжьего, бараньего), 1 морковь, ½ сельдерея, ½ луковицы, 1 лавровый лист, тмин, перец, зелень петрушки, 1 долька чеснока, соль, 2 ст. ложки топленого сала, 2 стакан а томатного соуса.

Рубец хорошо вымыть, вывернуть наизнанку и погрузить на 3—5 минут в кипяток. Вынуть, хорошо соскоблить слизь и пленки, оставить только мышцы, залить холодной водой и вымачивать еще несколько часов. Затем положить в холодную воду и варить 3—4 часа, пока он не станет мягким. Коренья и пряности положить в середине варки, к концу варки посолить.

Сваренный рубец разрезать как лапшу — на полоски, поджарить на жире, посыпать перцем, залить горячим томатным или белым соусом, добавить нарубленный чеснок и тушить.

Подать с вареным картофелем, фасолью, перловой или рисовой кашей.

Тушеный рубец можно запечь: добавить к нему мясные тефтели (236), перемешать, выложить в посуду для запеканки или миску, залить белым соусом, посыпать сухарями и тертым сыром, обложить кусочками масла и запечь в духовке.

321. РАГУ ИЗ ВЫМЕНИ С ОВОЩАМИ

800 г вымени, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки топленого сала, 2 моркови, 1 петрушка, перец, соль, 2 луковицы, 6 картофелин, 2 ст. ложки томатного пюре, ½—1 стакан сметаны, бульон.

Вымоченное вымя разрезать на небольшие не очень тонкие кусочки, посыпать солью, перцем, обвалять в муке и поджарить на топленом сале. Положить в кастрюлю, добавить нарезанные поджаренные морковь, лук, петрушку, крупно нарезанный картофель, перец, залить бульоном, накрыть кастрюлю крышкой и тушить. К концу тушения добавить сметану, томатное пюре и соли по вкусу.

322. ВЫМЯ, ПОДЖАРЕННОЕ В СУХАРЯХ

600 г вымени, 1 морковь, ½ петрушки, ½ луковицы, 12 горошин перца, 1 лавровый лист, соль, 2 ст. ложки муки, 1 яйцо, 1 стакан сухарей, 1 ст. ложка топленого сала или маргарина, 1 ст. ложка сливочного масла.

Кусок вымени вымачивать 4 часа в холодной воде, затем обмыть, положить в кипящую воду и отварить не до полной готовности. Потом добавить коренья и пряности, соль и варить, пока вымя не станет мягким.

Затем вымя разрезать на кусочки толщиной 1 см, посыпать солью, молотым перцем, мукой, смочить взбитым яйцом, обвалять в сухарях и поджарить с обеих сторон на сковороде с топленым салом.

При подаче на стол положить на блюдо и залить растопленным маслом. В качестве гарнира можно подать горячий вареный картофель, картофельное пюре, жареный картофель, тушеную морковь (423), фасоль в томатном соусе (719).

Вымя можно подавать в вареном виде, не поджаривая. В этом случае разрезать его на нетолстые куски, залить горячим томатным (719), грибным (726), сметанным (721) или луковым (713) соусом, подогреть до кипения и подать с таким же гарниром, как было указано выше.

323. НОЖКИ ТЕЛЯЧЬИ ИЛИ СВИНЫЕ ОТВАРНЫЕ

2 телячьи или 4 свиные ножки, 1 морковь, ½ петрушки, 1 луковица, перец, соль, 1 стакан сметанного соуса.

Телячьи ножки ошпарить, соскоблить волосы, опалить, обмыть, разрубить на несколько частей и вымачивать несколько часов в холодной воде. Трубчатые кости вынуть. Затем положить ножки в холодную воду и варить 3—4 часа, пока они не станут мягкими. Коренья и пряности положить в середине варки. Посолить к концу варки.

Когда телячьи ножки сварятся, мясо отделить от костей, разрезать его поперек волокон и при подаче на стол залить сметанным или грибным (726) соусом. В качестве гарнира подать горячую рисовую, ячневую или пшенную кашу.

Вареные телячьи ножки можно подать поджаренными. В этом случае удалить кости, мясо придавить грузом и охладить, нарезать поперек волокон, посыпать мукой, смочить взбитым яйцом, обвалять в сухарях и поджарить с обеих сторон на масле, пока мясо не подрумянится.

Поджаренные ножки подать на стол с жареным картофелем или картофельным пюре. Отдельно можно подать томатный соус с грибами (720).

Так же варят и свиные ножки. Очистить их, сварить, удалить крупные кости. Затем их можно поджарить на топленом сале и подать на стол с тушеной капустой.

324. НОЖКИ ТЕЛЯЧЬИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В ТЕСТЕ

2 телячьи ножки, 2 яйца, ½ стакана муки, 150 г кореньев, перец, соль, ½ стакана сметаны, 2 ст. ложки масла, 300 г брусничного повидла.

Очищенные, вымоченные, обмытые телячьи ножки сварить с кореньями и пряностями. Затем перерезать их пополам, удалить кости, сухожилия, придавить мясо грузом и охладить.

Яичные желтки растереть с небольшим количеством соли, добавить муку, влить сметану или молоко, перемешать и ввести взбитые яичные белки. Вареные телячьи ножки нарезать ломтиками поперек волокон, посыпать мукой, обвалять в тесте и поджарить на масле или зажарить в большом количестве жира. Жареные телячьи ножки аккуратно положить на блюдо и полить растопленным сливочным маслом. В качестве гарнира подать горячий жареный картофель.

Отдельно подать брусничное повидло (734).

325. ГОЛОВА ТЕЛЯЧЬЯ ПОД БЕЛЫМ СОУСОМ

1 телячья голова, 1 морковь, ½ петрушки, 1 луковица, перец, соль, зелень петрушки, 2 стакана белого соуса, уксус.

Телячью голову ошпарить, очистить от волос, опалить, обмыть, разрубить и вынуть мозги и язык. Затем язык и голову сварить в воде с кореньями и пряностями. Очистить мозги от пленок и сварить в подкисленной уксусом воде.

Мясо головы, вареный язык (снять кожу) и мозги разрезать на куски, залить белым соусом с яйцами (716) и все подогреть.

В качестве гарнира можно подать горячую рисовую, перловую или пшенную кашу. Можно также подать вареный картофель, картофельное пюре, тушеные грибы и обложить гренками (268). Булку для гренок нарезать ломтиками, смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством молока, и жарить на сливочном масле, пока гренки не зарумянятся.

326. ГОЛОВА ТУШЕНАЯ

2 кг говяжьей, телячьей или 1 кг свиной головы, 1 ст. ложка топленого сала или маргарина, 2 моркови, 1 петрушка, 2 луковицы, 1 ст. ложка томатного пюре, соль, перец, ½ стакана сметаны, бульон.

С говяжьей головы надо снять кожу. Свиную и телячью головы оставить с кожей, но хорошо их ошпарить, соскоблить и опалить оставшиеся волосы.

Очищенную, обмытую голову или кусок головы разрубить на более мелкие части (мозги вынуть) и варить с пряностями и кореньями, пока мясо не станет мягким. Затем мясо вынуть, нарезать кусками весом около 30—40 г, поджарить на жире, положить в кастрюлю, посыпать поджаренными нарезанными морковью, петрушкой, луком, залить небольшим количеством бульона, добавить томатное пюре, сметану, соли по вкусу и тушить полчаса.

Подать на стол с вареным или жареным картофелем. Отдельно подать соленые огурцы, квашеную капусту или салат из свежей капусты.

327. ГУЛЯШ ИЗ СЕРДЦА, ГОРЛА И ЛЕГКИХ

700 г сердца, легких и горла, 2 ст. ложки топленого сала, 1 морковь, 1 петрушка, 3 луковицы, 2 ст. ложки томатного пюре, 1 ст. ложка муки, 1 долька чеснока, перец, соль.

Сердце, легкие, горло хорошо обмыть, разрезать на большие куски и сварить в подсоленной воде. Затем разрезать на куски весом около 25 г и поджарить с жиром.

Морковь, петрушку, лук нарезать, посыпать мукой и обжарить на топленом сале, добавить томатное пюре и еще немного поджарить.

В кастрюлю положить обжаренное мясо, посыпать поджаренными овощами, залить бульоном, в котором варилось мясо, добавить перец, соль, порубленный чеснок и тушить. Можно заправить сметаной.

На стол подать с картофельным пюре, тушеной капустой, тушеной фасолью или гречневой кашей. Отдельно подать квашеную капусту огурцы или салат из свежей капусты.

Гуляш можно приготовить из одних сердец. Тогда лучше готовить его из сырого мяса, как гуляш из говядины (233).

328. ВЕДАРАЙ КРУПЯНЫЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

2 стакана ячневой крупы, 200 г сала с кишок, 200 г печенки, 200 г вареного сердца, почек или другого мяса, 1 луковица, молотый перец, соль, свиные кишки, 150 г шпика.

Ячневую крупу ошпарить горячей водой, бульоном или молоком и поставить для набухания в духовку. Затем добавить поджаренное с луком сало с кишок и поджаренные с жиром нарубленные отварные печенки, почки, сердца или другое мясо, перец, соль. Все перемешать и начинить этой массой очищенные свиные толстые кишки. Концы кишок завязать, положить на смазанный салом противень и жарить 1½ часа, пока поверхность не зарумянится. Когда одна сторона запечется, перевернуть на другую. При подаче на стол разрезать на куски и залить поджаренным шпиком.

329. ВЕДАРАЙ КАРТОФЕЛЬНЫЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

3 кг картофеля, 200—300 г сала с кишок, соль, свиные толстые кишки, 100 г свежего свиного сала.

Картофель очистить, хорошо промыть, натереть на терке, добавить соль, поджаренное нарезанное сало с кишок, все перемешать. Массой начинить (не нажимая) хорошо очищенные свиные кишки и концы кишок завязать. Положить их на противень с небольшим количеством растопленного сала и жарить в умеренно нагретой духовке. Во время жаренья поливать ведарай жиром, а чтобы они не потрескались, кишки надо в нескольких местах проколоть. Когда одна сторона запечется, перевернуть на другую.

При подаче на стол ведарай разрезать на куски и залить поджаренным свежим свиным салом.

330. ВЕДАРАЙ КРОВЯНЫЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

2 стакана ячневой крупы, 1½ стакана крови, 200 г сала с кишок, молотый перец, майоран, соль, свиные кишки, 150 г свежего свиного сала для заливки, бульон.

Хорошую ячневую крупу ошпарить кипящим жирным бульоном и поставить для набухания в духовку. Затем добавить хорошо размешанную кровь, поджаренное сало с кишок, майоран, перец, соль и перемешать. Масса должна быть жидковатой. Начинить ею хорошо вычищенные и промытые кишки, оставляя много свободного места, концы кишок перевязать, положить ведарай на смазанный жиром противень и 1½ часа жарить в духовке, пока поверхность не подрумянится. Чтобы кишки не лопались, сначала нужно жарить в легком жару, а в середине жаренья сделать в кишках проколы. Когда поверхность хорошо запечется, перевернуть на другую сторону.

Перед подачей на стол аккуратно разрезать на куски, положить на блюдо и залить поджаренным салом.

331. СКЛИНДЖЯЙ (ОЛАДЬИ) КРОВЯНЫЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

1 литр крови, 1 стакан ржаной муки или сухарей, 1 стакан пшеничной муки, 2 ст. ложки сахара, 1 чайная ложка корицы, соль, 1 ст. ложка топленого сала.

Муку, протертую кровь, сахар и другие добавления смешать и из этой массы испечь оладьи.

Отдельно подать растопленное сливочное масло, брусничное или яблочное повидло.

332. ЗАПЕКАНКА КРОВЯНАЯ

1½—2 стакана крови, 3 стакана сухарей или 1 стакан ячневой крупы, 150 г топленого сала, молотый перец, 10 ягод можжевельника, соль.

В белые сухари влить процеженную кровь, топленое сало, положить пряности и перемешать. Массу выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями миску. Запекать в духовке приблизительно полчаса.

Вместо сухарей можно взять ячневую крупу. Перед тем как смешать с кровью, ее следует промыть, заварить кипятком и дать набухнуть.

Кровяную запеканку подать на стол с салатом из свежей капусты, с помидорами. Ее можно подавать в качестве закуски на завтрак к кофе с молоком.

ГУЛЯШ ИЗ ЛЕГКИХ

Легкие сварить в подсоленной воде с кореньями и пряностями. Вынутые из бульона легкие придавить грузом и остудить. Затем нарезать их небольшими четырехугольными кусочками, залить соусом и тушить.

Предназначенную для соуса муку поджарить на масле, разбавить бульоном, в котором варились легкие, добавить нарубленный сырой лук, молотый перец, соль, немного поварить и заправить сметаной и лимонной кислотой.

К гуляшу из легких можно добавить и другое вареное мясо, язык, почки, сердце. Гуляш приготовляют из свиных и бараньих легких.

333. КОЛБАСА ИЗ ЛЕГКИХ

1 свиные легкие, почки, язык, сердце, 300—500 г жирного мяса с головы, 1 стакан белых сухарей (не обязательно), 2 яйца, молотый перец, 3 луковицы, соль, жир для жаренья лука.

Легкие, почки, язык, сердце и мясо с головы сварить в подсоленной воде с пряностями и пропустить через мясорубку вместе с поджаренным луком. Добавить пряности, сухари (не обязательно), 2 яйца, хорошо перемешать и массой начинить тщательно вычищенные свиные тонкие кишки. Варить в подсоленной воде 15 минут.

На стол подать с картофельным пюре или вареным картофелем.

Отдельно подать салат из свежей капусты.

Колбасу из легких можно подать и в холодном виде. В этом случае сваренную колбасу нужно придавить грузом.

ПТИЦА

Птичье мясо вкусно, легко переваримо и содержит много белков, а жиры имеют низкую температуру плавления и хорошо усваиваются организмом. Мясо некоторых птиц, например гусей и уток, содержит много жира.

Качество птичьего мяса зависит от возраста, породы и упитанности птицы. Мясо молодой птицы мягче, сочнее и легче переваривается, но в нем содержится меньше жиров и минеральных веществ. При жареньи оно быстро становится мягким. Мясо старой птицы более твердое, в нем больше соединительной ткани, минеральных и экстрактивных веществ; оно становится мягким только при продолжительной варке и тушении. Из него можно приготовить вкусные и питательные супы.

Мясо птиц яйценоских пород более тощее и жесткое, а мясных пород — более жирное и мясистое. Чем жирнее птичье мясо, тем оно лучше.

В пищу употребляется мясо как домашней, так и дикой птицы. Из домашней птицы чаще всего используется мясо кур, гусей, уток и индеек, а из дикой — куропаток, тетеревов, глухарей, диких гусей и уток, куликов и другой мелкой дичи.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПТИЦЫ

Качество птичьего мяса в некоторой мере зависит от его правильной подготовки: убоя, очистки, потрошения и т. д.

Убой птицы. Рекомендуется резать ненакормленную птицу, так как с пустым желудком ее легче потрошить и, кроме того, мясо бывает лучшего качества. Имеется несколько способов резания птицы, но лучше всего резать ее через клюв.

Держа птицу вниз головой, раскрыть клюв, ножом или ножницами перерезать находящиеся в конце горла крупные кровеносные сосуды. Если птицу режут ножом, то, перерезав сосуды, нужно проколоть через нёбо головной мозг. Перед тем как резать ножницами, птицу надо оглушить, ударив поленом по голове. При таком способе стекает много крови и не остается внешней раны.

Ощипывание. Зарезанную птицу можно ощипывать двумя способами: сухим и ошпариванием. Рекомендуется птицу ощипывать сухим способом, так как тогда мясо бывает вкуснее, а перья получаются лучшего качества. При ощипывании не следует

разрывать кожу, поэтому перья надо выдергивать у еще теплой птицы по направлению их роста. При ошпаривании птицу опускают на 1—2 минуты в горячую воду (70—80°) и затем ощипывают.

Опаливание. После того как ощипаны перья, на коже остается еще много пуха, который необходимо опалить. Перед опаливанием поверхность кожи следует натереть отрубями или низкосортной мукой. Тогда волоски выпрямляются, лучше сгорают, менее закопченной бывает кожа. Затем птицу надо обмыть теплой водой, потом холодной водой, осушить и удалить пеньки перьев.

Потрошение и промывание. Очищенную птицу следует выпотрошить. Прежде всего отрезать головку, ноги до колен и крылья до первого сгиба, затем перерезать горло и вынуть зоб, гортань и пищевод. Разрезав брюшко, вынуть кишки, печень, легкие, сердце и желудок. С печени сразу срезать желчный пузырь, желудок разрезать вдоль пополам, вычистить и снять внутреннюю пленку.

Выпотрошенную птицу надо 2 раза промыть в холодной воде. Слишком много мыть не следует, так как при этом вымываются питательные и минеральные вещества.

Если птицу жарят в неразрезанном виде, то ее следует потрошить так, чтобы возможно меньше повредить кожу. Зоб надо вынуть через шею. Кожу шеи со стороны спинки разрезать вдоль, содрать с кости и через образовавшееся отверстие вытащить зоб. Если птицу жарят без костей, то внутренности при потрошении можно вынуть через прорубленную спинку птицы, так как тогда удобнее удалить кости, а шов будет снизу.

Молодых цыплят и мелкую дичь подают на стол неразрезанными. Их потрошат через шею, не разрезая брюшка. Кожу шеи со стороны спинки нужно разрезать вдоль, выдернуть шейную кость и отрезать ее. Затем сделать кругом надрез и через образовавшееся на шее отверстие вынуть внутренности. Обмыть, удалить легкие и остатки крови.

Перевязывание и формовка. При варке или жареньи птице нужно придать соответствующий вид. Крылышки отогнуть к спинке и связать, а бедрышки сжать и связать спереди. Имеются и более сложные способы подготовки. Ниже грудки можно на брюшке надрезать кожу по сторонам и вложить концы бедрышек в надрезы, как в кармашки. Так подготовляют гуся, утку и курицу для варки. Для жаренья птицу можно подготовить следующим образом: положить брюшком вверх, через бедрышки и живот продернуть насквозь на другую сторону тонкий шпагат, затем, возвращаясь назад, тем же шпагатом проткнуть крылышки и

одновременно прикрепить со стороны спинки отогнутую кожу шеи; оба конца шпагата крепко натянуть и связать.

ПОДАЧА НА СТОЛ ЖАРКОГО ИЗ ПТИЦЫ

Горячее жаркое подают на стол в разрезанном виде. Не разрезают только жареных молодых цыплят и мелкую дичь (на каждого человека подают по 1—2 штуки). Обычно жареная курица разрезается на 8—10 частей, гусь — на 12 частей, а индейка — на 24 части. Жаркое разрезают острым ножом, перерубая кости большим кухонным ножом. Лучше всего птицу можно разделить на части специальными ножницами для разрезания мяса и пилкой.

При разрезании жаркого прежде всего надо отделить бедрышки и крылышки, затем разрезать бока вдоль, птицу разделить на переднюю и спинную части и разрезать на куски. Переднюю часть нужно аккуратно разрезать на куски одинаковой величины как с одной, так и с другой стороны, не смешивая их.

Укладывая куски на блюдо, их следует положить так, чтобы жаркое имело вид целой птицы. Сперва положить куски спинной части (кожей вверх). Для придания жаркому выпуклой формы под ними можно положить часть горячего гарнира. Затем аккуратно положить на них куски передней части в том же порядке, в каком они были у целой птицы. Крылышки и бедрышки уложить в соответствующих местах с боков. Затем жаркое поставить на несколько минут в умеренно нагретую духовку, чтобы подогреть мясо. При подаче на стол полить жаркое растопленным маслом, сверху украсить 1—2 веточками зелени петрушки, рядом положить горячий гарнир. Соус к жаркому следует подать в соуснике.

Салат, маринованные фрукты и другие холодные гарниры к жаркому подают отдельно в салатнике или стеклянной вазе.

Нарезанные куски жаркого можно также просто положить рядками на блюдо вместе с горячим гарниром.

КУРИЦА

Из мяса кур или петухов приготовляют вареные, жареные, тушеные и запеченные блюда. Жаренье или варка продолжается от 1 до 3 часов в зависимости от возраста птицы. Для жаренья пригодны птицы не старше полутора лет. Мясо более старых птиц бывает сухим, жестким и при жареньи не скоро размягчается.

Чтобы быстрее сварить такое мясо, его вынимают из кипящего бульона, окунают в холодную воду и охлаждают в ней. Затем мясо снова варят в том же бульоне. В результате резкой перемены температуры соединительная ткань быстрее размягчается. Если хотят зажарить мясо старой птицы, то его предварительно отваривают.

Молодую птицу можно узнать по внешнему виду. Ноги и шея молодых кур более толстые, грудная кость гибкая, а ноги и шея старых кур тонкие, грудная кость твердая, кожа желтая. У петухов старше 1 года шпоры длиной более 1 см. При покупке птицы можно определить жирна ли она, взглянув под крылышко. Если кожа желтоватого цвета, то птица жирная, а если синеватого — то она худая.

Курицу следует солить перед самым приготовлением, а если возможно, то во время приготовления, так как рано посоленное мясо становится красным.

334. КУРИЦА ОТВАРНАЯ С РИСОВОЙ КАШЕЙ

1 небольшая курица или ½ крупной курицы, 1 морковь, 1 петрушка, ½ сельдерея, 8 горошин душистого перца, 1 лавровый лист, соль, масло.

Для каши: 1 стакан риса, ст. ложки масла, 2 стакана воды.

Очищенную и хорошо обмытую курицу разрезать на крупные части, положить в горячую воду, добавить очищенную крупно нарезанную морковь, петрушку, сельдерей, лавровый лист, перец и варить при слабом кипении 1—1½ часа, пока мясо не станет мягким. Старую курицу приходится дольше варить. Чтобы курятина была более вкусной, коренья и пряности надо положить в середине варки, а посолить в конце варки.

Сваренную курятину разрезать на меньшие куски, аккуратно положить на блюдо и залить растопленным маслом. Рядом с мясом положить рассыпчатую рисовую кашу (548). Вместо рисовой каши можно подать горячий отварной зеленый горошек, ячневую кашу или картофель.

Отдельно подать брусничное повидло (734), сладкий или зеленый салат.

335. КУРИЦА ОТВАРНАЯ ПОДЖАРЕННАЯ

1 кг курятины, 1 морковь, 1 петрушка, 1 ст. ложка масла, 8 горошин душистого перца, 1 лавровый лист, соль.

Курицу сварить так же, как указано выше (334). Затем разрезать ее на куски, положить на сковороду с хорошо разогретым маслом и жарить, пока поверхность не зарумянится.

При подаче на стол мясо аккуратно положить на подогретое блюдо, полить растопленным маслом, а рядом положить поджаренный на масле вареный картофель.

Отдельно подать зеленый салат, свежие огурцы со сметаной или брусничное повидло (734).

336. КУРИЦА ПАРОВАЯ С ОВОЩАМИ

1 курица, 5 морковок, 1 петрушка, 5 картофелин, ½ стакана зеленого горошка, 1 ст. ложка масла, 8 горошин душистого перца, ½ стакана сметаны, соль.

Выпотрошенную и обмытую курицу разрезать на куски. В посуду для тушения или кастрюлю положить нарезанную дольками морковь, петрушку и картофель. На них положить курятину, посыпать солью, немолотым перцем, залить до половины бульоном или горячей водой, накрыть посуду крышкой и варить. В конце варки добавить отварной зеленый горошек, сметану, масло.

При подаче на стол курятину положить на блюдо и залить соком, в котором она варилась.

Отдельно подать сладкий или зеленый салат.

Таким образом варят на пару мясо молодой курицы. Если варится мясо старой птицы, то картофель нужно положить позднее, когда мясо уже стало более мягким.

337. КУРИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ

1 курица, 1 ст. ложка масла, соль, 1 стакан сметаны.

Выпотрошенную и обмытую курицу разрезать пополам или на 4 части, посолить и обжарить на сковороде с маслом. Курицу можно также обжарить в духовке, пока поверхность не зарумянится. Затем в посуду для тушения влить оставшееся от жаренья масло, положить поджаренные и намазанные со всех сторон сметаной куски курицы, залить остальной сметаной, накрыть посуду крышкой и тушить в духовке.

Перед подачей на стол мясо разрезать на меньшие куски, залить соком, вокруг положить рисовую кашу, тушеную морковь или политый сливочным маслом отварной зеленый горошек. Можно положить гарнир из нескольких видов овощей.

Отдельно подать салат или брусничное повидло (734).

338. КУРИНЫЕ БЕДРЫШКИ ФАРШИРОВАННЫЕ

1 курица, 2 ломтика булки, 2/3 стакана молока, 2 ст. ложки масла, 1 яйцо, соль, 1 стакан сметаны, бульон.

Куриные бедрышки и крылышки отрезать так, чтобы с ними осталось возможно больше кожи. Затем с бедрышек и крылышек содрать кожу до сустава; отрубить косточку со всем мясом, оставив с кожей только ее кончик.

Мясо, снятое с бедрышек, крылышек и других мест, отделить от костей, пропустить через мясорубку, добавить замоченную в молоке булку и снова пропустить через мясорубку. Затем мясо хорошо растереть, посолить, добавить растертое масло, яйцо, слегка разбавить бульоном и все тщательно перемешать. В этот фарш можно добавить поджаренную на масле куриную печенку, отваренный желудок, сердце, причем при приготовлении фарша их следует пропустить через мясорубку вместе с курятиной.

Приготовленным фаршем начинить кожу, снятую с куриных бедрышек и крылышек, затем зашить ее; оставшиеся куски кожи с шеи и других мест также начинить фаршем, свернуть рулетом и перевязать ниткой. Потом обжарить их на масле, положить в посуду для тушения, залить оставшимся от жаренья маслом, сметаной, накрыть посуду крышкой и тушить в духовке.

Перед подачей на стол нитки удалить, рулеты положить на середину блюда, а рядом с ними — фаршированные бедрышки и крылышки.

Отдельно подать печеные яблоки, брусничное повидло (734) или маринованные фрукты.

Из оставшейся курятины можно сварить студень, а из мякоти, снятой с грудной части, приготовить шницель или котлеты.

КУРИЦА ЖАРЕНАЯ

Выпотрошенную и обмытую курицу посолить, крылышки и ножки связать, поверхность намазать сметаной или маслом, положить на противень (спинкой вниз) и жарить в горячей духовке, пока курица не зарумянится со всех сторон. Затем влить 1 стакан горячей воды или бульона, добавить нарезанные дольками морковь, петрушку, несколько горошин перца и, уменьшив жар, жарить ее, поливая каждые 10—15 минут образовавшимся при жареньи соком. Чтобы курица не пригорела, жаркое можно прикрыть смазанной жиром бумагой. Курицу жарить около 1½ часа. Когда в самом толстом месте вилка свободно входит в мясо, жаркое готово.

В середине жаренья на этот же противень рядом с курицей можно положить картофель, морковь или яблоки. Их надо также поливать соком от жаркого. Картофель обычно жарят разрезанным на 2 или 4 части, морковь — разрезанной на дольки, яблоки (с кожурой) — целыми.

Слегка охлажденное жаркое разрезать острым ножом на куски и положить на блюдо в виде целой птицы. Затем подогреть в духовке, положить вокруг жареные картофель, морковь или яблоки. Оставшийся от жаркого сок разбавить горячей водой, немного поварить, процедить и подать в соуснике.

339. КУРИЦА С РИСОВОЙ НАЧИНКОЙ

1 курица, 1 ст. ложка сметаны, соль.

Для рисовой начинки: 2/3 стакана риса, 1—2 яйца, 1 ст. ложка масла, 2 стакана бульона, 1 стакан изюма.

Спинку очищенной курицы или петуха разрезать, выпотрошить через спинку, обмыть и удалить кости. Кости бедрышек и крылышек оставить. Затем кожу начинить (не нажимая) рисовой начинкой, спинку зашить, бедрышки и крылышки связать ниткой, чтобы они не отставали, посолить, намазать сметаной или маслом, положить на противень (спинкой вниз), сделать наколы, чтобы мог выйти воздух, и жарить в горячей духовке, как указано выше. Чтобы жаркое запекалось одинаково со всех сторон, его можно положить на две чистые лучинки.

Перед подачей на стол жаркое следует немного охладить, удалить нитки, положить курицу на подогретое блюдо (спинкой вниз) и, не нарушая общего вида птицы, разрезать ее очень острым ножом на куски: сначала осторожно отрезать бедрышки и крылья, затем жаркое разрезать вдоль пополам, потом эти части разрезать поперек на куски толщиной 2-3 см.

С сока, оставшегося от жаркого, снять жир, разбавить сок горячей водой, немного поварить, процедить и подать в соуснике.

Фаршированную таким образом курицу можно не только жарить, но и варить или тушить. Вареная фаршированная курица становится сочнее. При варке ее следует за вернуть в марлю.

Предназначенный для начинки рис промыть, залить куриным бульоном, сваренным из костей курицы, и варить, пока рис не разварится. Затем добавить сливочное масло и поставить на 20 минут в духовку, чтобы рис набух. Вынуть рис, охладить, добавить взбитые яйца, немного соли, изюм и размешать. В случае надобности немного разбавить рис бульоном, затем начинить им кожу курицы. Вместо изюма можно положить нарезанные сушеные сливы или мелко нарубленные поджаренные на масле печенку и лук.

Курицу можно также фаршировать такой же начинкой, как куриные бедрышки (338).

340. ШНИЦЕЛЬ ИЗ КУРЯТИНЫ

500 г куриной грудинки, 1 яйцо или ½ стакана сливок, 1 ст. ложка масла, 1 стакан сухарей, соль.

Удалить с куриной грудинки пленки и сухожилия, тонко отбить молотком, затем, рубя тупой стороной ножа и поливая сливками, разделать овальные шницели толщиной 0,5 см. Посыпать их солью, обвалять в сухарях и зажарить на хорошо разогретом масле. Вместо сливок шницеля можно также смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством соли и молока или сливок.

К шницелю подать горячий отварной свежий или консервированный зеленый горошек и жареный картофель.

Отдельно подать салат из фруктов или же брусничное повидло (734).

Если для приготовления имеется недостаточно мякоти грудной части, то можно приготовить шницели из рубленой курятины. Их приготовляют так же, но к мякоти грудной части добавляют мясо с бедрышек (без кожи, сухожилий). Все порубить сечкой.

341. "ПУШИНКИ" ИЗ КУРИЦЫ

600 г курятины (без костей), 1 стакан сливок, 1 яичный белок для массы, 1 яйцо для смазывания, белый перец, соль, топленое сало для жаренья, зелень петрушки, мука, булка, масло.

Для начинки: 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 1 стакан молока, 1 стакан вареных свежих боровиков, 1 яичный желток, немного соли.

Взять мякоть грудной части и бедрышек (без кожи), удалить пленки и сухожилия, разрезать на небольшие куски и 2 раза пропустить через мясорубку. Затем молотое мясо положить в миску, тщательно растереть деревянной ложкой, добавить яичный белок. Массу хорошо растереть, а затем выбить, доливая понемногу сливки. Масса должна быть однородной и пышной. Добавить в нее немного соли, белого перца. Затем брать порции по 50 г подготовленной массы, сплющить их, посередине положить начинку (способ приготовления указан ниже) и сделать фрикадельки в форме яйца. Посыпать их мукой, смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством соли и молока, и обвалять в кусочках булки, нарезанной небольшими продолговатыми полосками.

Приготовленные таким образом «пушинки» жарить в большом количестве хорошо разогретого топленого сала. Обжаренные «пушинки» положить в миску и на несколько минут поставить в духовку для дожаривания.

Предназначенную для начинки муку поджарить на сливочном масле до желтоватого цвета, разбавить горячим молоком и, помешивая, варить 10 минут. Затем посуду снять с огня, массу немного охладить, добавить яичный желток и мелко порубленные, поджаренные на масле вареные грибы, посолить.

Начинка должна быть густой. Начинить ею «пушинки». В начинку можно также положить порубленные вареные сушеные яблоки.

Перед подачей на стол приготовленные «пушинки» положить на блюдо. Полить их растопленным маслом, рядом положить небольшие картофелины, зажаренные в большом количестве жира.

Отдельно подать салат или маринованные фрукты.

Таким же образом можно приготовить «пушинки», из индейки.

342. КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ

500 г курятины (мякоти с куриной грудки или бедрышек), 2 ломтика булки, 2/3 стакана молока, 1 яйцо, 2 ст. ложки масла, 1 стакан сухарей, соль.

Мякоть с грудки и бедрышек (без кожи) пропустить через мясорубку вместе с замоченной в молоке булкой, добавить яйцо, соль, растертое масло, перемешать, в случае надобности разбавить бульоном и разделать котлеты. Обвалять их в сухарях и поджарить на масле. Затем на 7—10 минут поставить в духовку для дожаривания.

Перед подачей на стол котлеты выложить на блюдо и залить растопленным маслом. В качестве гарнира подать горячий отварной зеленый горошек, жареный картофель, картофельное пюре, рисовую кашу. Отдельно подать зеленый салат, маринованные фрукты или брусничное повидло (734).

343. ОЛАДЬИ ИЗ КУРЯТИНЫ

500 г курятины, 2 ломтика булки, ½ стакана молока, 2 яйца, масло, соль.

Сырое или вареное мясо пропустить через мясорубку, добавить замоченную в молоке булку и хорошо растереть или еще раз пропустить через мясорубку. Затем добавить яичные желтки, соль, разбавить молоком, размешать и добавить взбитые яичные белки. Подготовленную массу ложкой класть на сковороду и жарить с обеих сторон на хорошо разогретом масле, пока оладьи не подрумянятся.

При подаче на стол оладьи положить на блюдо, залить растопленным маслом. Отдельно подать брусничное повидло (734).

344. ЗАПЕКАНКА ИЗ КУРЯТИНЫ

500 г вареной или жареной курятины, 1 ст. ложка масла, 2 ломтика булки, 2/3 стакана молока, 2 яйца, ½ стакана сметаны, белый перец, соль, сухари.

Вареную или жареную курятину, удалив кости, пропустить через мясорубку, добавить замоченную в молоке булку, растертое масло, яичные желтки, сметану, соль, молотый перец и все растереть. Затем добавить взбитые белки, осторожно перемешать и выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями миску. Запекать 40 минут в духовке, поставив миску на противень с горячей водой.

Перед подачей на стол запеканку опрокинуть на мелкую тарелку. Чтобы запеканка отделилась, на короткое время обернуть миску салфеткой, смоченной холодной водой.

К запеканке можно подать сметанный соус (721) и зеленый или сладкий салат.

ЦЫПЛЯТА

Наиболее вкусно мясо 2—3-месячных цыплят, когда у них вырастают перья, однако употреблять мясо цыплят можно уже в 4—5-недельном возрасте. Чтобы мясо зарезанных цыплят было вкуснее, его следует на 1 сутки поставить в холодное место.

Цыплята в возрасте 1 месяца подаются на стол неразрезанными (на каждого человека по 1 цыпленку), 1,5—2-месячных цыплят разрезают пополам, 2—3-месячных — на 4 части и 4-месячных — на 4—6 частей.

При приготовлении блюд из мяса цыплят острых приправ (перца, лука) употреблять не следует или их надо класть в небольшом количестве, чтобы больше ощущался запах мяса цыпленка. Цыплят нужно жарить в низкой закрывающейся посуде, чтобы при жареньи они не пересохли.

345. ЦЫПЛЯТА. ТУШЕННЫЕ СО СВЕЖИМИ ОВОЩАМИ

2—3 цыпленка, 6 шт. свежей моркови, 1 стакан свежего зеленого горошка, 2 ст. ложки масла, 2 ст. ложки с метаны, соль, сахар, бульон.

Очищенных цыплят разрезать пополам или на 4 части, посолить и поджарить на масле. Затем положить в посуду для тушения или в кастрюлю, переложить цыплят слоем мелко нарезанной моркови. Влить оставшееся от жаренья масло, залить до половины бульоном, накрыть посуду крышкой и тушить. К концу тушения добавить по вкусу соли, сахара и заправить сметаной. Отварной зеленый горошек положить, когда цыплята у ж е готовы.

Вместе с морковью и горошком можно тушить с цыплятам и молодой картофель.

346. ЦЫПЛЯТА, ТУШЕННЫЕ С ГРИБАМИ

2 цыпленка или 4 голубя, 1 ст. ложка масла, ½ луковицы, 2 стакана очищенных свежих боровиков, 2 ст. ложки сметаны, соль.

Очищенных цыплят или голубей разрезать на 4 части, поджарить на масле, затем посыпать мелко нарезанным и очищенными грибами, луком, добавить масло, залить стаканом горячей воды и тушить в закрытой кастрюле. К концу тушения посолить и добавить сметану.

В качестве гарнира подать горячий политый маслом вареный картофель. Отдельно подать свежие огурцы.

347. ЦЫПЛЯТА ЖАРЕНЫЕ

6 маленьких цыплят, 2 ст. ложки масла, 1 стакан сметаны (не обязательно), соль.

Цыплят выпотрошить через отверстие в шейке. Затем обмыть их, осушить, посолить, отверстие в шейке заделать кожей, загнув ее к спине, положить в посуду для тушения или в широкую кастрюлю с разогретым маслом и обжарить. Потом влить сметану или бульон и жарить в духовке 30—50 минут, поливая соком, образующимся при жареньи. Чтобы цыплята не пересохли, их можно дожарить в закрытой посуде.

Маленьких жареных цыплят следует подать на стол неразрезанными (на каждого человека по 1 цыпленку). Положить их на блюдо и полить оставшимся от жаренья соком. Рядом положить жареный картофель.

Отдельно подать зеленый салат или салат из свежих фруктов.

348. ЦЫПЛЯТА ЖАРЕНЫЕ ФАРШИРОВАННЫЕ

6 маленьких или 3 больших цыпленка, 2 ст. ложки масла, 1 стакан сметаны, соль.

Д л я н а ч и н к и: печенка, почки и сердечки цыплят, 1 стакан белых сухарей, 1 ст. ложка масла, 1—2 яйца, 1 морковь, ½ луковицы, зелень петрушки, молотый перец, бульон, соль.

Цыплят выпотрошить через отверстие в шейке), обмыть, посолить и начинить приготовленной как указано ниже массой. Затем отверстие надо зашить, намазать цыплят сметаной или маслом, положить на сковороду или в кастрюлю и со всех сторон обжарить в духовке, пока они не подрумянятся. Потом влить бульон или сметану и жарить, поливая соком, образовавшимся при жареньи. Чтобы цыплята не пересохли, к концу жаренья посуду накрыть крышкой.

Жареных маленьких цыплят подать неразрезанными, а крупных разрезать пополам, положить на блюдо и полить соком от жаркого.

В качестве гарнира подать горячую вареную и политую маслом цветную капусту, спаржу или жареный картофель.

Предназначенные для начинки почки, печенки и сердечки поджарить. Затем долить бульон и тушить. Пропустить через мясорубку вместе с поджаренными морковью и луком. Массу растереть, добавить растертое масло, поджаренные на масле сухари, соль, перец, порубленную зелень петрушки, яичный желток, размешать, разбавляя бульоном или сметаной, добавить взбитые яичные белки и массой начинить цыплят.

349. ЖАРКОЕ ИЗ ЦЫПЛЯТ

2—3 цыпленка, 1 яйцо, соль, 2 ломтика булки, 1 ст. ложка масла, мука, немного молока.

Цыплят разрезать на 2 или 4 части, удалить кости, оставив только кости бедрышек. Мясо посолить, посыпать мукой, смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством соли и молока. Свернуть рулетом так, чтобы бедрышко осталось снаружи, обвалять в кусочках нарезанной булки и жарить на масле или в большом количестве жира.

Затем положить в миску и дожарить в духовке.

Жаркое подать с жареным картофелем или картофельным пюре.

Отдельно подать салат или свежие огурцы.

350. ЦЫПЛЯТА ЖАРЕНЫЕ В СУХАРЯХ

2 цыпленка, 1 морковь, 5 горошин душистого перца, 1 лавровый лист, 2 ст. ложки муки, 1 яйцо, 1 ст. ложка молока, 1 стакан сухарей, соль, масло.

Очищенных цыплят разрезать на 4 части, положить в кипящий бульон из кореньев и пряностей и варить 15—20 минут, пока мясо не станет мягким. Четверти отваренных цыплят посыпать мукой, смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством молока и соли, обвалять в сухарях и поджарить на масле.

При подаче на стол положить жареных цыплят на блюдо и залить растопленным сливочным маслом. В качестве гарнира подать горячий отварной зеленый горошек, тушеную морковь и вареный или жареный картофель.

ГУСЬ И УТКА

Для приготовления кушаний наиболее пригодно мясо молодых гусей и уток в возрасте 6—12 месяцев. Молодых гусей можно узнать по тому, что их ножки желтоватого цвета, а у старых гусей они красные. Чем жирнее гуси или утки, тем лучшими они считаются. У хорошо откормленных гусей и уток жир составляет до половины их веса. Топленое гусиное сало очень вкусно и употребляется вместо сливочного масла.

351. ГУСЬ ИЛИ УТКА ВАРЕНЫЕ ЗАЖАРЕННЫЕ

1.5 кг утки или гуся, 1 морковь, 1 луковица, 1 петрушка, 12 горошин перца, 2 лавровых листа, 1 ст. ложка масла, ½ стакана сметаны, соль.

Очищенного гуся или утку разрезать на 2 или 4 части и сварить в бульоне из кореньев и пряностей. Затем разрезать на куски, посолить и поджарить на масле, пока они не подрумянятся.

При подаче на стол гусятину положить на блюдо и залить растопленным маслом со сметаной. Рядом положить горячий картофель, картофельное пюре или рагу из овощей (478). Зеленый салат, маринованные грибы или салат из свежей капусты подать отдельно.

352. ГУСЬ ИЛИ УТКА ТУШЕНЫЕ

1.5 кг гуся или утки, 1 ст. ложка масла, 1 морковь, 1 петрушка, 1 луковица, 2 лавровых листа, 12 горошин перца, ½ стакана сметаны, соль.

Гуся или утку разрезать на куски, обжарить с маслом на сковороде, пока поверхность не пожелтеет. Затем положить в посуду для тушения, залить до половины оставшимся от жаренья маслом и соком, посыпать перцем, лавровым листом, мелко нарезанными кореньями, накрыть посуду крышкой и тушить, пока мясо не станет мягким. К концу тушения посолить и добавить сметану.

При подаче на стол мясо положить на блюдо и полить соком, в котором оно тушилось. В качестве гарнира подать горячий отварной зеленый горошек, вареный картофель, картофельное пюре или рагу из овощей (478). Отдельно подать салат.

При тушении гуся или утки вместо моркови можно добавить несколько очищенных и нарезанных свежих или маринованных боровиков.

Подготовить так же, как для холодных закусок (78), но подавать в горячем виде.

353. ГУСЬ ИЛИ УТКА ЖАРЕНЫЕ С НАЧИНКОЙ ИЗ КАПУСТЫ

1 гусь или утка, соль.

Для начинки: 1 миска квашеной капусты, 100 г гусиного или утиного сала, 1 луковица, 1 морковь, 8 горошин перца, немного сахара.

Квашеную капусту (если она очень кислая, то промыть) положить в кастрюлю, добавить поджаренный на гусином сале лук, влить немного горячей воды, накрыть кастрюлю крышкой и тушить. Помешивать, чтобы капуста не пригорела. К концу тушения добавить под жаренную нарезанную морковь, перец и, если требуется, сахар.

Очищенного гуся посолить, нафаршировать тушеной капустой, брюшко зашить, ножки и крылышки связать, положить в гусятницу или противень и зажарить в горячей духовке, поливая соком от жаркого. Если сока мало, долить немного горячей воды. Чтобы жаркое не пригорело, надо накрыть его смазанной жиром бумагой. Гуся жарить 2—3 часа, утку — немного меньше.

Жареного гуся разрезать на куски. Капусту положить посередине блюда и полить жиром, в котором жарился гусь. На капусту положить куски гуся так, чтобы он имел вид целой птицы. Обложить жареным картофелем или картофельным пюре.

Гусь с капустной начинкой подается на стол только в горячем виде. Гуся можно зажарить и без капустной начинки, капусту тушить отдельно, а при подаче на стол положить возле жаркого. Однако капуста, которая тушилась в гусе, вкуснее.

Утку с тушеной капустой жарить так же, как гуся.

354. УТКА ИЛИ ГУСЬ С НАЧИНКОЙ ИЗ КРУПЯНОЙ КАШИ

1 гусь или утка.

Для начинки: 1—1 ½ стакана перловой крупы, 2—3 стакана воды, 1 луковица, 10 сушеных боровиков, зелень петрушки, соль.

Сварить рассыпчатую перловую кашу, добавить нарезанные и поджаренные на масле лук и вареные грибы, зелень петрушки, все перемешать и, если требуется, разбавить грибным отваром.

Выпотрошенного через спинку гуся или утку обмыть, осушить и удалить кости (кости бедрышек и крылышек оставить). Затем посолить. Подготовленной массой начинить гуся или утку (не нажимая) и зашить отверстие. Зажарить в духовке, поливая соком.

При подаче на стол жаркое положить на блюдо и разрезать на куски так, чтобы жаркое имело вид целой птицы. Сок от жаркого (сняв жир) немного поварить, разбавить водой, процедить и подать в соуснике.

Отдельно подать салат из свежих помидоров и огурцов.

Вместо перловой каши для начинки можно взять гречневую кашу. Приготовить ее так же, как гречневую кашу с грибами (539).

ИНДЕЙКА

Мясо молодых индюшат тощее и невкусное. Индеек начинают резать с 6-месячного возраста. Наиболее вкусно мясо годовалой индейки, а мясо старой индейки жесткое и тощее.

Кожа старых индеек более желтая, когти на пальцах ног длинные, а кораллы на шее большие.

Зарезанную и выпотрошенную индейку надо на 2—3 дня положить в холодное место, чтобы мясо стало более мягким и вкусным. Чтобы уменьшить специфический запах, обмытую индейку перед приготовлением можно натереть растолченными ягодами можжевельника и оставить на 3 часа.

Индейка вкуснее всего в жареном виде, но ее можно, так же как и курицу, варить и тушить.

Жареная индейка хороша для праздничного обеда.

355. ИНДЕЙКА ОТВАРНАЯ

1,5 кг индейки, 1 морковь, ½ петрушки, 1 луковица, 2 лавровых листа, 12 горошин душистого перца, 1 стакан сметанного соуса, соль.

Индейку сварить в воде с кореньями и пряностями. При подаче на стол залить ее сметанным соусом (721) или томатным соусом с грибами (720).

Куски вареной индейки можно поджарить на масле.

В качестве гарнира подать горячий вареный картофель, тушеную морковь или рассыпчатую рисовую кашу.

356. ИНДЕЙКА ТУШЕНАЯ

1,5 кг индейки, 2 ст. ложки масла, 100 г кореньев (морковь, петрушка, сельдерей), 1 стакан вареных свежих грибов или 5 сушеных боровиков, 2 лавровых листа, 8 горошин душистого перца, 8 ягод можжевельника, ½ стакана сметаны, соль.

Индейку натереть растолченными ягодами можжевельника и оставить на 3 часа, чтобы улучшился вкус мяса. Затем разрезать мясо на крупные куски, посолить и обжарить на сковороде с хорошо разогретым маслом или жарить в духовке, пока оно не зарумянится. В гусятнице или низкой кастрюле растопить немного масла, положить индейку, посыпать нарезанными кореньями, пряностями, добавить очищенные нарезанные вареные грибы, влить бульон или горячую воду, накрыть по суду крышкой и тушить в духовке или на плите. Для любителей острых блюд коренья можно предварительно поджарить на масле и добавить лук или томатное пюре.

Перед подачей на стол тушеную индейку разрезать на меньшие куски и аккуратно уложить на блюдо. В качестве гарнира подать горячую запеканку из цветной капусты или рассыпчатую рисовую кашу.

Подготовленную массу для запеканки из цветной капусты (420) выложить в небольшие формочки, смазанные маслом и посыпанные сухарями, запечь в духовке, опрокинуть из формочек и положить вокруг тушеной индейки.

Предназначенный для соуса сок, в котором тушилось мясо, процедить, овощи протереть, добавить стушенные вместе с мясом порубленные грибы, заправить сметаной, вскипятить и залить индейку или подать отдельно в соуснике.

357 РУЛЕТ ТУШЕНЫЙ ИЗ ИНДЕЙКИ

500 г индейки, 1 ст. ложка масла, 100 г кореньев (морковь, петрушка, сельдерей), 5 сушеных боровиков, соль.

Для начинки: мясо индейки, печенка, сердце и желудок, 1—2 ломтика булки, ½ стакана молока, 1 луковица, 100 г шпика, 1 яйцо, соль, перец, зелень петрушки, бульон.

Для рулета взять половину индейки. Вынуть кости, мясо подровнять. С крыльев и бедрышек мякоть снять, кожу втянуть внутрь и заделать отверстия,

Предназначенное для начинки срезанное мясо индейки, отваренные желудок, сердце и поджаренную печенку пропустить через мясорубку вместе с замоченной в молоке булкой и поджаренным луком. Эту массу хорошо растереть, добавить яйцо, мелко нарезанную зелень петрушки, соль, молотый перец, перемешать и разбавить небольшим количеством бульона.

Приготовленной начинкой намазать половину индейки (положив ее кожей вниз), свернуть рулетом, концы и края зашить и перевязать прочной льняной ниткой. Затем рулет обжарить на масле, положить в посуду для тушения вместе с разрубленными костями индейки, посыпать кореньями, пряностями, добавить свежие или сушеные грибы, залить до половины бульоном и тушить в закрытой посуде.

Перед подачей на стол рулет нарезать ломтиками, удалить нитки, положить на блюдо. Кругом обложить политой маслом отварной цветной капустой, тушеной морковью или рисовой кашей. Сок, оставшийся от тушения, процедить и подать как соус.

Тушеный рулет с маринованными фруктами или печеными яблоками можно подать и в качестве холодной закуски.

358. ИНДЕЙКА ЖАРЕНАЯ СО СЛИВАМИ

1 индейка, 1 кг свежих или 700 г сушеных слив, 2 ст. ложки сметаны, соль.

Для рисовой каши: 1 стакан риса, 1 ст. ложка масла, соль.

Очищенную и выпотрошенную индейку обмыть, осушить и посолить, натирая изнутри и сверху солью. В брюшко и в зоб положить вымоченные сушеные сливы, затем зашить. Крылья отогнуть к спинке и связать. Ноги связать спереди. Индейку намазать маслом или сметаной, положить на противень (спинкой вниз), подложив две лучинки, и жарить в горячей духовке 2—2½ часа, поливая жаркое соком, пока мясо не станет мягким. Если сока мало, долить немного бульона.

Можно зажарить и половину индейки. В этом случае тушить сливы в отдельной посуде, долив сок от жаркого.

При подаче на стол жаркое разрезать на куски, аккуратно положить на блюдо и полить соком, в котором оно жарилось. Рядом положить рассыпчатую рисовую кашу, сваренную в бульоне из остатков индейки, и сливы.

Жареную индейку со сливами можно подать в качестве холодной закуски. Тогда рисовую кашу и соус подавать не следует.

359. ШНИЦЕЛЬ ИЗ ИНДЕЙКИ

500 г мякоти грудной части индейки, 150 г шпика, 1 яйцо, 1 стакан сухарей, 2 ст. ложки масла, молотый перец, соль, немного молока.

Нарезанную нетолстыми кусками мякоть грудной части индейки хорошо отбить, сверху положить пропущенный через мясорубку шпик или жирное мясо индейки (без кожи). Отбивая тупой стороной ножа, разделать овальные шницели толщиной 0,5 см, посыпать их солью, молотым перцем, смочить яйцом, взбитым с небольшим количеством молока и соли, обвалять в сухарях и зажарить на масле. Затем шницели поставить на несколько минут в духовку для дожаривания.

Для шницелей можно также взять мякоть с бедрышек индейки, но ее нужно пропустить через мясорубку или порубить.

К шницелю в качестве гарнира можно подать горячую вареную и политую маслом цветную капусту, отварной зеленый горошек и жареный картофель. На каждый шницель можно положить по две вареные сливы.

360. КОТЛЕТЫ ИЗ ВАРЕНОЙ ИНДЕЙКИ

500 г вареной или жареной индейки, 1 яйцо, 1 ломтик булки, ½ стакана молока, 2 ст. ложки масла, 1 стакан сухарей, соль.

Вареное, жареное или тушеное мясо индейки разрезать вместе с кожей на куски, добавить замоченную в молоке булку, куски жирного мяса индейки или шпика, пропустить через мясорубку. Массу растереть, немного разбавить горячей водой или молоком, добавить яйцо, соль, перемешать и разделать котлеты. Обвалять их в сухарях и поджарить на масле.

Таким же образом можно приготовить котлеты из сырого мяса индейки.

Перед подачей на стол котлеты положить на блюдо и полить растопленным маслом или сметанным соусом (721). В качестве гарнира можно подать горячий отварной или тушеный зеленый горошек, картофельное пюре или тушеную морковь.

ГОЛУБИ

Лучше всего мясо молодых голубей, так как оно мягче и вкуснее, чем мясо старых голубей. Чтобы мясо стало мягче, его следует мариновать 10—12 часов и перед жареньем нашпиговать грудку и бедрышки кусочками шпика. Мясо молодых голубей мариновать не надо.

361. ГОЛУБИ ТУШЕНЫЕ

4—6 голубей, 150 г шпика, 2 ст. ложки масла, соль, 1 стакан сметаны, бульон.

Для маринада: 1 морковь, 1 петрушка, 72 сельдерея, 1 луковица, 12 горошин перца, 1 лавровый лист, уксус, сахар.

Очищенных и выпотрошенных голубей обмыть, разрезать пополам и мариновать 12 часов. Если голубей будут жарить не разрезанными на части, то их надо выпотрошить через отверстие на шее.

Маринованных голубей обмыть, осушить, бедрышки и грудки нашпиговать кусочками шпика, посолить и обжарить на масле. Затем положить их в посуду для тушения или низкую кастрюлю, залить оставшимся от жаренья маслом, посыпать маринованными овощами, влить бульон, добавить сметану, накрыть посуду крышкой и тушить в духовке.

На стол подать с жареным картофелем, картофельным пюре, тушеной морковью.

362. ГОЛУБИ ЖАРЕНЫЕ ФАРШИРОВАННЫЕ

6 голубей, 1 ложка масла, соль, 1 стакан сметаны, зелень петрушки для украшения.

Для начинки: 1 ст. ложка масла, 2 ломтика булки, 2/3 стакана молока, 2 яйца, ½ стакана черного изюма или сушеной черники, соль, немного сахара.

Выпотрошенных через шею голубей обмыть, осушить, посолить, начинить приготовленной массой, зашить отверстие на шее и обжарить на масле. Затем голубей густо намазать сметаной, положить в посуду для тушения или низкую широкую кастрюлю, залить оставшимся от жаренья маслом и жарить в духовке в закрытой посуде, поливая соком от жаркого.

Начинку приготовить следующим образом: масло растереть добела, положить в него замоченную в молоке булку, яичные желтки, соли по вкусу, немного сахара, растереть, насыпать сушеную чернику или изюм и добавить взбитые яичные белки. Приготовленной массой нафаршировать голубей.

Жареных голубей подать на стол не разрезанными. В качестве гарнира подать горячий жареный картофель. Отдельно подать салат.

ОТХОДЫ ПТИЦЫ, ГОДНЫЕ ДЛЯ ПИЩИ
ПТИЧЬИ ПОТРОХА ТУШЕНЫЕ

Печенку, желудок, сердце, шейку, крылышки разрезать и порубить. Если их мало, добавить другое птичье мясо. Положить все в посуду для тушения или в кастрюлю с разогретым маслом или топленым салом и обжарить, немного посыпав мукой. Затем добавить поджаренные на жире морковь, лук, залить горячей водой и тушить в закрытой кастрюле, пока мясо не станет мягким. К концу тушения положить перец, соль и заправить сметаной. Если имеется больше птичьих печенок, их следует отдельно поджарить и добавить к тушеным потрохам.

При подаче на стол положить на блюдо. Рядом положить вареный картофель или перловую кашу.

363. ГУСИНАЯ ШЕЯ ФАРШИРОВАННАЯ

1 гусиная шея.

Для начинки: 2/3—1 стакан ячневой крупы, гусиная печенка, желудок, луковицы, гусиный жир, молотый перец, соль, бульон.

Содрать кожу с гусиной шеи, начинить ее ячневой крупой, зашить оба конца и тушить или зажарить в духовке.

Не отрезанную гусиную шею также можно начинить. В этом случае через прорез на зобе отрубить шейную кость и вынуть ее. Кожу шеи и зоб начинить приготовленной массой, зашить, жарить вместе с гусем.

При подаче на стол гусиную шею нарезать ломтиками и залить соком от жаркого.

Ячневую крупу, предназначенную для начинки, залить жирным бульоном или горячей водой, чтобы она набухла. Затем добавить мелко нарезанные поджаренные печенку, желудок, лук, гусиный жир и, если имеется, протертую гусиную кровь, перец, соль. Все перемешать, разбавить бульоном, чтобы масса не была твердой, и нафаршировать гусиную шею.

Вместо ячневой крупы в качестве начинки можно взять натертый на терке картофель или фарш из булки (81).

Для начинки натереть 3—4 очищенные сырые картофелины, добавить поджаренный гусиный жир, соль и перемешать.

364. ЗАПЕКАНКА ИЗ ПТИЧЬИХ ПОТРОХОВ

500 г птичьих потрохов или мяса дичи, 150 г шпика, 2 моркови, 1 петрушка, 1 луковица, 1 стакан сухарей, 2 яйца, 2 ст. ложки тертого сыра или ½ селедки, молотый перец.

Для соуса: 1 ст. ложка белых сухарей, 1 стакан сока, оставшегося от тушения мяса, 2 ст. ложки сметаны.

Птичью печенку, желудок, сердце, крылышки, шею положить в кастрюлю, залить водой, добавить шпик, коренья и тушить в накрытой крышкой кастрюле. Затем охладить и вынуть кости. Мясо вместе со шпиком, овощами, вымоченной и очищенной селедкой пропустить через мясорубку. В массу добавить сухари, яйца, молотый перец, все перемешать и, если требуется, разбавить бульоном. Выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями мисочку, запечь в духовке.

Перед подачей на стол запеканку опрокинуть на мелкую тарелку, кругом обложить гренками из булки. Запеканку на тарелке можно украсить картофельным пюре, поставить в духовку, чтобы она подсохла, затем смазать яйцом, посыпать сухарями и еще раз запечь.

К запеканке следует подать соус. Сухари поджарить на масле, чтобы они подрумянились, разбавить процеженным соком, оставшимся от тушения мяса, добавить сметану, вскипятить и подать на стол в соуснике. Этот соус больше подходит к запеканке с гренками. К запеканке с картофельным пюре подать сметанный (721) или томатный (719) соус.

Таким же образом приготовляется запеканка из мяса диких птиц. Внутренние органы мелкой птицы в пищу не употребляются.

ДИКИЕ ПТИЦЫ

Дикие птицы подразделяются на крупных и мелких. К крупной дичи относятся дикие гуси, утки, глухари, тетерева, куропатки и рябчики. К мелкой, кулики вальдшнепы, бекасы, перепела и др.

Мясо дичи более темное и тощее, чем мясо домашней птицы, но в нем содержится больше экстрактивных веществ. Чтобы мясо стало вкуснее, застреленную неочищенную и не выпотрошенную птицу надо на 1—2 дня положить в холодное место.

Мясо дичи вкуснее всего в жареном виде. Мелкую дичь жарят в закрытой посуде для жаренья (гусятнице), так как тогда мясо становится более сочным и ароматным. Мелкую дичь перед жареньем можно обвернуть тонко нарезанными ломтиками свежего свиного сала или же грудку и бедрышки птицы нашпиговать кусочками шпика. Перед шпигованием птицу на короткое время надо окунуть в горячую воду.

365. ДИКАЯ УТКА ИЛИ ГУСЬ ТУШЕНЫЕ

1 дикая утка или гусь, 6 горошин душистого перца, 6 горошин горького перца, ½ чайной ложки майорана, соль, 2 луковицы, 1 ст. ложка масла, 5 сушеных боровиков, 1 стакан сметаны, бульон.

Подготовленную для жаренья утку натереть солью, разрезать на куски и обжарить на масле или неразрезанную жарить в духовке, пока она не подрумянится. Затем куски утки положить в кастрюлю, посыпать перцем, майораном, луком, отваренными свежими или сушеными грибами, влить стакан бульона, добавить сметану, накрыть кастрюлю крышкой и тушить в духовке. Утку можно тушить без грибов и сметаны.

Подать на стол с вареными скриляй (498), полив их маслом и посыпав тертым сыром. Отдельно подать салат из свежей капусты, маринованные фрукты, печеные или моченые яблоки.

Так же надо тушить и дикого гуся.

366. ДИКАЯ УТКА ИЛИ ГУСЬ ЖАРЕНЫЕ

1 дикая утка или гусь, 6 горошин душистого перца, 6 горошин горького перца, мускатного ореха, чайной ложки тмина, зелень петрушки, соль.

Очищенную, выпотрошенную и хорошо обмытую утку осушить, натереть солью, молотым перцем, натертым мускатным орехом, тмином, мелко нарезанной зеленью петрушки и оставить на полчаса, чтобы удалить специфический запах.

Подготовленную таким образом утку жарить в духовке, поливая соком от жаркого. Если сока мало, долить горячей воды или бульона. Утку жарить около 1 часа.

Жареную утку разрезать пополам или на 4 части и подать на стол с картофельным пюре, жареным картофелем, тушеной капустой или печеными яблоками.

367. КУРОПАТКИ ТУШЕНЫЕ

3 куропатки (весом по 350—400 г), 150 г шпика, 1 ст. ложка масла, 1 морковь, 1 петрушка, ½ сельдерея, ½ луковицы, 1 стакан отваренных свежих грибов, перец, соль, ½ стакана сметаны, бульон.

Очищенных и выпотрошенных куропаток опустить на 1 минуту в кипяток, затем посолить, мякоть на грудках и бедрышках нашпиговать кусочками шпика. Обжарить на масле или обмазать маслом и жарить в духовке, пока поверхность не подрумянится. Затем положить в посуду для тушения, посыпать кореньями, отваренными грибами, залить 2 стаканами бульона, накрыть посуду крышкой и тушить на плите или в духовке. К концу тушения добавить сметану, перец.

При подаче на стол куропаток разрезать на куски, положить на блюдо и залить процеженным соком, оставшимся от тушения. Рядом положить горячий жареный картофель или тушеные огурцы, начиненные печенками куропаток.

368. ТЕТЕРЕВ ИЛИ ГЛУХАРЬ ЖАРЕНЫЙ

1 тетерев, 150 г свежего свиного сала, 1 ст. ложка масла, 72 стакана сметаны, перец, соль.

Очищенного и выпотрошенного тетерева опустить на 1 минуту в кипяток, затем посолить, мясо на грудке и бедрышках нашпиговать кусочками сала, положить на сковороду и поджарить на масле. Затем влить сметану, положить перец и в накрытой крышкой посуде жарить в духовке 35—45 минут, поливая соком от жаркого.

Перед подачей на стол жареного тетерева разрезать на 4 части и положить куски на блюдо так, чтобы они имели вид целой птицы. Обложить рассыпчатой рисовой кашей, украсить тушеными сливами или печеными яблоками.

Сок от жаркого подать отдельно в соуснике.

Жареного тетерева можно также подать в качестве холодной закуски.

Глухарей жарят так же, как тетеревов, а другие блюда приготовляются так же, как из индейки.

ЖАРЕНЫЕ КУЛИКИ, ПЕРЕПЕЛА, БЕКАСЫ И ДРУГАЯ МЕЛКАЯ ДИЧЬ

Птицу очистить, оставив крылышки и ножки (отрубить только пальцы на лапках), выпотрошить через шею, хорошо обмыть и посолить. Крылышки и кожу шеи отогнуть к спинке и пришить, а ножки связать спереди. Затем обернуть птицу тонкими ломтиками шпика, перевязать ниткой, положить в посуду для тушения, посыпать душистым перцем, добавить маринованные грибы или сушеные сливы, влить сметану и жарить в духовке 20—25 минут в закрытой посуде. Поливать соком от жаркого.

Жареных птиц, не разрезая, аккуратно положить на блюдо. Косточки ножек обернуть тонкой белой вырезанной бумагой. На каждую птицу положить по кусочку тушеного сала, в промежутки положить тушеные маринованные грибы или сливы.

ОВОЩИ

Овощи играют большую роль в питании человека как основной источник витаминов, углеводов, органических кислот и минеральных веществ. Овощи, как сочная и освежающая пища, возбуждают аппетит и доставляют необходимую организму клетчатку, которая улучшает работу кишечника. Каждый вид овощей отличается особыми свойствами.

К а р т о ф е ль (клубни) содержит 14—25% крахмала. В нем имеются витамины В и С.

К а п у с т а содержит витамин С, которого значительно больше в красноголовой капусте.

М о р к о в ь содержит много каротина, который в организме человека превращается в витамин А. В ней содержатся также витамины В и С, эфирные масла, сахар и другие вещества, необходимые организму человека. Морковь употребляется не только для приготовления отдельных блюд, но и как приправа к другим блюдам для улучшения их вкуса и цвета.

Л у к содержит сахар, витамин С, а также эфирные масла, которые стимулируют выделение пищеварительных соков. Зеленый лук содержит много витамина А. Лук, как и морковь, употребляется в небольшом количестве при приготовлении разных блюд для улучшения вкуса и возбуждения аппетита.

П о м и д о р ы содержат много ценных веществ, витамины В и С, органические кислоты, сахар и пр.

С т о л о в а я с в е к л а содержит около 10% сахара, минеральные вещества и витамин С.

Ш п и н а т содержит ценные минеральные соли и витамины; в нем больше белка, чем во многих других овощах (около 3,7%).

Х р е н по сравнению с другими овощами содержит наибольшее количество витамина С. В нем много острых веществ, стимулирующих выделение пищеварительных соков.

С т р у ч к о в ы е о в о щ и - зеленый горошек, бобы, фасоль - содержат много белков, углеводов, минеральных солей, витаминов В и С и каротина.

О г у р ц ы, р е д и с, с а л а т имеют большое вкусовое значение.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ОВОЩЕЙ

Овощи не следует долго вымачивать, мыть и варить, так как это снижает их питательность. Очищать овощи рекомендуется незадолго до приготовления блюда.

Каждый вид овощей очищают несколько по-иному. Так, листья шпината, щавеля, петрушки и перья лука надо перебрать, испорченные удалить, стебельки оторвать. Загрязненные листья следует замочить в холодной воде, чтобы грязь отмокла. После этого их надо промыть в 2-3 водах, а когда стечет вода, нарезать. Листья салата, кроме толщи обычно разрывают. Картофель, морковь, репу и другие овощи надо обмыть, почистить, опять обмыть, затем, если нужно, разрезать на одинаковые кусочки. Для чистки картофеля и разрезания овощей имеются специальные ножи.

Столовую свеклу для сохранения хорошего вкуса и цвета варят неочищенной. Для некоторых блюд картофель, репу, брюкву и другие овощи тоже варят неочищенными. В таком случае их следует предварительно промыть, а очистить уже сваренными.

С цветной капусты снимают листья, потом ее разбирают на кочешки и промывают. Если капуста повреждена насекомыми или гусеницами, то ее надо положить на полчаса в подсоленную воду, чтобы насекомые и гусеницы всплыли на поверхность. Небольшие головки цветной капусты (как отдельное блюдо) подаются целыми.

Головки брюссельской капусты срезают с кочерыжки и, удалив испорченные листки, обмывают.

Огурцы следует обмыть, а если их кожа толстая — очистить. Соленые огурцы для супов и запеканок надо очистить и удалить семена. Маринованные и мелкие огурчики (корнишоны) не чистят.

Свежий зеленый горошек и фасоль вылущивают из стручков и отбрасывают испорченные зерна.

Сушеную фасоль и сушеный зеленый горошек надо перебрать, промыть и положить на 1 час в холодную воду, затем варить в той же воде.

У стручковой (спаржевой) фасоли и горошка отщипывают концы стручьев, вытягивают из швов продольные жилки и обмывают стручья. Стручковую фасоль разрезают вкось на куски длиной 3 сантиметра, а горошек варят целыми стручками.

Спаржу надо чистить осторожно, чтобы не сломать головок. Со стеблей снимают верхнюю твердую часть кожицы, не задевая

верхушки. Затем спаржу связывают в пучки, чтобы при варке она сохранилась, или же разрезают на куски длиной 3—4 см.

Очищенный лук надо разрезать поперек на ломтики или порубить.

Консервированные овощи варить не нужно. Их подогревают в том же соку.

Свеклу, сушеный горошек и сушеную фасоль заливают холодной водой и варят, не посолив, а другие овощи погружают в подсоленный кипяток. Овощи надо варить в закрытой посуде и стараться, чтобы они быстро сварились. Отвар очищенных овощей используют для супов и соусов.

КАРТОФЕЛЬ

369. КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ

12 картофелин, 1 ст. лож ка масла, соль, зелень укропа.

Очищенный картофель, удалив глазки, помыть, а более крупный разрезать на большие одинаковые части. Погрузить в кипящую подсоленную воду и варить на умеренном огне в закрытой посуде. Когда картофель станет мягким, воду слить и в открытой кастрюле подогревать его еще пару минут, чтобы вода испарилась и картофель подсушился.

Для улучшения вкуса старый картофель варят, погрузив его не в кипяток, а в холодную воду.

Перед подачей на стол картофель надо полить маслом и посыпать мелконарезанной зеленью укропа. Отварной картофель подается как горячий гарнир к разным блюдам из вареного, тушеного, жареного рубленого мяса и рыбы, а также, из некоторых овощей.

370. КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ

15 картофелин, 1 стакан молока, 1 ст. ложка масла соль, 100 г шкварок.

Очищенный картофель отварить в подсоленной воде. Когда картофель станет мягким, слить с него воду. Размять, затем добавить масло, соль, горячее молоко и хорошо растереть. Хорошее картофельное пюре должно быть без твердых комков и пышным. Залить шкварками.

Вместо масла в картофельное пюре можно положить сало. В картофельное пюре, предназначенное для запеканок и отделки, надо добавить 1—2 яичных желтка. Для улучшения вкуса добавляют пару ложек сметаны.

Картофельное пюре подается как горячий гарнир к различным мясным, рыбным и грибным блюдам. При подаче к столу пюре поливают растопленным маслом.

371. ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ВАРЕНОГО КАРТОФЕЛЯ С НАЧИНКОЙ ИЗ МЯСА ИЛИ ЧЕРНОГО ХЛЕБА

12 картофелин, 1 стакан картофельного крахмала или муки, 1—2 яйца, соль, 75 г шкварок или шпика, перец.

Для мясного фарша: 300-400 г вареного мяса, 1 луковица, молотый перец, соль.

Картофель отварить, слить воду и хорошо размять его или пропустить через мясорубку. Затем добавить крахмал, перец, соль, если есть — яйцо, хорошо перемешать, сделать круглые шарики и начинить их фаршем из мяса, рыбы, грибов, творога или черного хлеба. Шарики погрузить в подсоленную кипящую воду и варить 10—15 минут. Потом выбрать их из воды и залить шкварками, маслом, томатным (719) или сметанным (721) соусом.

Мясной фарш. Вареное мясо пропустить через мясорубку, немного поджарить вместе с обжаренным луком, добавить перец, соль, размешать и нафаршировать фрикадельки (шарики).

Фарш из черного хлеба. Мелко нарезанный лук поджарить на сале или на масле, добавить 1—1½ стакана крошек черного хлеба и еще немного поджарить.

372. ФРИКАДЕЛЬКИ С ТВОРОГОМ

3 стакана крахмала, 2—2½ стакана молока, соль, 1 стакан сметаны (для соуса).

Для фарша: 0,5 кг творога, 1 яйцо, соль.

Вскипятить молоко, добавить немного соли, заварить молоком крахмал (не кипятить). Из горячей массы сделать круглые или продолговатые фрикадельки (шарики) и начинить их творожным фаршем. Отварить в подсоленной воде.

Предназначенный для фарша творог растереть, добавить соль, если надо — немного сахара, яйцо или вместо него ½ ст. ложки растертого масла. Хорошо перемешать и начинить фрикадельки.

Отваренные фрикадельки подать к столу со сметаной или с растопленным маслом и сметаной.

373. ПАЛЬЧИКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОТВАРНЫЕ

12 картофелин, 1½ стакана муки, 1 яйцо, 1 ст. ложка жира, 1 луковица, соль, жир для жаренья.

Картофель отварить, растолочь или, положив на доску, размять скалкой. Добавить муку, яйцо, соль, немного жира, вымесить, приготовить пальцеобразные валики и отварить их в подсоленной воде. Выбранные из воды пальчики поджарить на жире и подать к столу, залив поджаренным на жире луком.

374. КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ПОТРОХАМИ

8 картофелин, легкие, 1 сердце, 1 луковица, 1 морковь, ½ ст. ложки жира, соль, уксус, 2 ст. ложки крошек черного хлеба.

Сердце и легкие сварить в подсоленной воде с луком и морковью, вынуть, разрезать на кусочки, поджарить с жиром. Положить их обратно в тот же бульон вместе с нарезанным сырым картофелем и тушить в закрытой посуде. Под конец добавить немного уксуса и обжаренные крошки черного хлеба.

375. КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕНЫЙ («ФРИ»)

12 картофелин, ½ ст. ложки жира, соль.

Очищенный и промытый сырой картофель нарезать ломтиками или продолговатыми кусочками и поджарить на сковороде в сильно разогретом жиру. Чтобы картофель хорошо прожарился, сковорода должна быть очень чистой. Картофель не надо класть толстым слоем; во время жаренья перемешивать лишь тогда, когда нижний слой хорошо зарумянится. Жарить следует на сильном огне, так как при медленном поджаривании картофель впитывает много жира и темнеет.

Жарить можно и вареный картофель. Чтобы картофель при жареньи не раскрошился, его надо не переварить.

Картофель хорошо жарить во фритюре (в большом количестве жира). Нарезать сырой картофель ломтиками или продолговатыми кусочками зубчатым овощным ножом или вырезать круглые маленькие картофелинки специальным круглым ножом. Нарезанный таким образом и осушенный картофель погружают в хорошо разогретый жир (фритюр) и жарят до образования румяной корочки. Картофелинки выбрать шумовкой, дать жиру стечь, посолить мелкой солью и сейчас же подать на стол.

376. КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕНЫЙ С ЛУКОМ И ГРИБАМИ

8 картофелин, 3 луковицы, 1 ст. ложка жира, 1 мисочка свежих очищенных грибов, перец, соль.

Очищенные и нарезанные грибы отварить в подсоленной воде с пряностями. Затем грибы вынуть, дать стечь воде, положить на сковороду с нагретым жиром и поджарить.

Картофель почистить, обмыть, нарезать ломтиками и поджарить на жире. К концу жаренья посолить, смешать с поджаренными грибами и с поджаренным луком.

При подаче к столу можно на одном конце блюда положить жареный картофель, на другом — жареные грибы, а сверху украсить поджаренными ломтиками лука.

377. ЛЕПЕШКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

15 картофелин, 1 стакан муки, 20 г дрожжей, соль, 100 г шкварок.

Отварить неочищенный картофель. Затем очистить его, размять, добавить дрожжи, немного молока или воды и дать подняться. Затем добавить муку, соль, перемешать и дать вторично подняться. Когда масса подойдет, класть по ложке на смазанный маслом лист и выпекать. Массу можно уложить на лист слоем и выпечь как бабку. При подаче к столу нарезать кусками и залить шкварками.

378. БУЛЬБОНАЙ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

15 картофелин, 2 горсти муки, соль, 75 г шпика, 1 луковица.

Для подливки: 500 г творога, ½ стакана молока, ½—1 стакан сметаны, соль.

Неочищенный картофель отварить, очистить, еще горячим размять. Когда остынет, добавить муку, соль, вымесить и приготовить круглые лепешки или, раскатав тесто в пласт толщиной 1 см, разрезать на четырехугольные куски. Приготовленные таким образом бульбонай уложить на лист, посыпанный мукой, и выпекать в печи или в духовке до тех пор, пока они не зарумянятся.

Выпеченные бульбонай залить поджаренным шпиком с луком, сметаной, затем тушить. Их можно подать с подливкой из творога или капусты (405) .

Подливка из творога: растереть творог, разбавить молоком, добавить соль, часть сметаны и перемешать. Оставшейся сметаной полить творог сверху.

379. КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

12 картофелин, 2 яйца, 1 стакан муки, ½ стакана сухарей, 2 стакана грибного соуса, соль, немного сахара, 1 ст. ложка масла, сала или растительного масла.

Отваренный картофель размять или пропустить через мясорубку, добавить муку, соль, сахар, размять и сделать котлеты. Посыпать их мукой, смочить взбитым яйцом, обвалять в белых сухарях и жарить на сале, топленом или растительном масле.

Подать к столу, полив котлеты растопленным маслом со сметаной, грибным (726), томатным (719) соусом или соусом из хрена (724).

380. ПАЛЬЧИКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ ЖАРЕНЫЕ С ТМИНОМ

12 картофелин, ½ стакана муки, 1 яйцо, ½ ст. ложки масла, 1 луковица, тмин, соль, 1 стакан томатного соуса.

Картофель отварить, размять, добавить муку, 1 яйцо, поджаренный лук, масло, соль и все перемешать. Из приготовленной массы раскатать нетолстые жгутики, разрезать на куски длиной 10 см, посыпать солью, тмином, уложить на подготовленный лист и выпекать в духовке.

Пальчики подаются с томатным (719) или луковым (713) соусом.

381. ШНИЦЕЛЬ КАРТОФЕЛЬНЫЙ

6 картофелин, 1 ломтик хлеба, 3 ст. ложки молока, 2 яйца, 2 ст. ложки муки, ½ стакана сухарей, 2 ст. ложки сыра (натертого), 1 ст. ложка жира, зелень петрушки, соль, 1 ст. ложка сливочного масла.

Отваренный картофель размять и перемешать с поджаренными на масле хлебными крошками. Добавить яйцо, соль, муку, зелень петрушки. Доску посыпать мукой, раскатать на ней массу в пласт толщиной 1 см; вырезать овальные лепешки, смочить в яйце, взбитом с молоком, обсыпать сухарями и жарить в большом количестве жира (фритюре). Затем посыпать натертым сыром.

382. КРОКЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ, ЗАЖАРЕННЫЕ В ЖИРЕ

8—10 картофелин, 2 яйца, ½ ст. ложки масла, 1 луковица, 1 стакан отваренных свежих грибов, 1 стакан сухарей, соль, жир для жаренья, зелень петрушки, мука.

Отваренный картофель размять, добавить соль, мелко нарезанные и обжаренные на масле лук с грибами, яичный желток и все перемешать. Из приготовленной массы сделать клецки в форме моркови, свеклы или картофеля, обсыпать мукой, смочить взбитым яйцом, обвалять в сухарях и жарить в большом количестве жира (фритюре).

При подаче на стол полить растопленным маслом. В крокеты, сделанные в виде моркови или свеклы, воткнуть по веточке зелени петрушки.

Крокеты можно подавать как гарнир к мясным блюдам. Если их подают в качестве второго блюда, то поджаренный лук и грибы можно не смешивать с картофельной массой, нафаршировать ими крокеты.

К крокетам подают грибной (726), томатный (719) или сметанный ,(721) соус.

383. ПИРОЖКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С НАЧИНКОЙ

15 картофелин, 1—2 яйца, 1 ст. ложка масла, ½ стакана сметаны, сухари.

Для фарша из вареного мяса: 400— 500 г вареного мяса, ½ ст. ложки масла или сала, 1 луковица, соль, перец.

Отваренный еще горячий картофель размять до образования тягучей массы, добавить яйцо и, по мере надобности, немного муки.

Приготовленную массу выложить на посыпанную мукой доску и раскатать. На тесто, на некотором расстоянии от одного края, положить вареное мясо слоем шириной 3—4 см и перекрыть его свободным краем теста. Эту часть отрезать от остального теста и разрезать поперек на прямоугольные куски. Таким же образом сделать пирожки и из остального раскатанного теста. Сверху смазать взбитым яйцом, посыпать сухарями и с обеих сторон поджарить на сковороде с хорошо разогретым маслом или салом.

Можно также уложить их на смазанный жиром лист и выпечь в духовке.

Предназначенное для фарша вареное мясо пропустить через мясорубку, обжарить вместе с мелко порезанным луком на сале или масле, добавить соль, молотый перец и перемешать.

Поджаренные картофельные пирожки полить растопленным маслом со сметаной и подать к столу.

384. ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

15 картофелин, 2 яйца, 1 ст. ложка масла или сала, соль, 2 ст. ложки муки, ½ стакана сухарей, 2 стакана сметанного соуса.

Для фарша: 4—5 луковиц, 5 сушеных грибов, ½ ст. ложки масла, зелень петрушки, соль, перец.

Горячий отваренный картофель размять или, остудив его, пропустить через мясорубку. Добавить яйцо, соль, немного масла и замесить тесто. Затем брать по куску теста (80 г), расплющить, на середину положить приготовленный фарш. Загнуть края теста, защипнуть их и придать зразам овальную форму. Зразы посыпать мукой, обмакнуть во взбитое яйцо, обвалять в сухарях и поджарить на сковороде с маслом или выпечь в духовке.

Предназначенные для фарша нарезанные лук и отваренные грибы поджарить на масле, добавить соль, молотый перец, зелень петрушки и перемешать. Вместо грибов можно положить омлет из одного взбитого яйца.

Сметанный (721) или томатный (719) соус подаются отдельно.

385. РУЛЕТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРИБАМИ

15 картофелин, 1 стакан крахмала, молоко, соль, 1 ст. ложка сухарей, 1½—2 стакана сметанного соуса, масло.

Для грибного фарша: 15 сушеных грибов, 2—3 луковицы, 1 ст. лож ка муки, 2 ст. ложки сметаны, молотый перец, соль.

Очищенный вареный картофель хорошо размять или пропустить через мясорубку. Добавить крахмал, немного молока, соль и замесить. Вместо крахмала в картофельную массу можно всыпать стакан муки и 1 яйцо. Приготовленное тесто раскатать толстым слоем, положить на него фарш из грибов, вареного мяса или капусты. Затем свернуть тесто в рулет и хорошо защипнуть края. Положить на смазанный жиром лист, поверхность рулета смазать взбитым яйцом или сметаной, обсыпать сухарями, проколоть в 2—3 местах, чтобы воздух мог свободно выйти, полить маслом и выпекать в духовке, пока он не зарумянится. При подаче на стол рулет разрезать на ломтики толщиной 2 см. Сметанный (721), томатный (719), луковый (713) соус или соус из хрена (724) подать отдельно.

Сушеные грибы для фарша отварить, тщательно промыть, пропустить через мясорубку и вместе с мелко порезанным луком обжарить на масле. Муку поджарить на масле, разбавить грибным бульоном, немного поварить, добавить перец, соль, немного сметаны и, перемешав с грибами, нафаршировать рулет.

386. ЗАПЕЧЕННЫЙ КАРТОФЕЛЬ С ПОМИДОРАМИ

5 картофелин, 1 ст. ложка масла, ½ ст. ложки муки, 2 больших помидора, 1 стакан молока, 2 яйца, 1 луковица, соль, перец.

Сваренный картофель разрезать на тонкие ломтики и вместе с мелко нарезанным луком поджарить на масле.

Яйца взбить, добавить муку, соль, молоко и, если имеются, перья лука или мелкие луковки. Залить этой массой обжаренный на сковороде картофель и поджарить так же, как взбитую яичницу. Помидоры нарезать ломтиками, обжарить на масле, посыпать перцем, солью и при подаче на стол положить их на запеченный картофель.

387. ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ

8 картофелин, 3—2 яйца, 1 ст. ложка масла, ½ стакана молока или 2 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки натертого сыра, соль.

Сваренный картофель нарезать ломтиками или сырой картофель, нарезанный ломтиками, обжарить; положить на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, алюминиевую сковороду или миску. Затем взбить яйца, посолить, добавить немного молока или сметаны и залить картофель. Сверху посыпать натертым сыром, полить маслом и запекать в духовке до золотистой корочки. Запеканку подать на стол в посуде, в которой она выпекалась.

388. ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КОПЧЕНОЙ ВЕТЧИНОЙ

10 картофелин, 150 г копченой ветчины, 1 ст. ложка масла, 2 ст. ложки натертого сыра, 2 стакана белого соуса.

Ломтики вареного картофеля или нарезанный продолговатыми кусочками и обжаренный картофель сложить нетолстым слоем в приготовленный противень или миску, посыпать сверху мелко нарезанной копченой ветчиной и снова наложить слой картофеля. Залить белым (715) или томатным (719) соусом, обсыпать натертым сыром, положить сверху кусочки масла и запечь в духовке.

Подобным же образом можно приготовить картофельную запеканку с начинкой из вареных яиц, грибов или сельди и с ломтиками помидоров.

389. ЗАПЕКАНКА ИЗ КАРТОФЕЛЯ С КАПУСТОЙ

8 вареных картофелин, 1 литр квашеной капусты, 1 луковица, 1 ст. ложка жира.

Тушить капусту вместе с луком и жиром.

В противень или миску, смазанные жиром, положить слоями поочередно вареный картофель и тушеную капусту (сверху должен быть картофель). Наверх положить кусочки жира и запечь в духовке.

Капусту можно тушить вместе с вареными и поджаренными на масле сушеными грибами, а также с остатками вареного или жареного мяса или же с колбасой.

390. ЗАПЕКАНКА ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ТВОРОГОМ

8 картофелин, 1 кг творога, 1 яйцо, соль, 1 стакан молока, 1 ст. ложка масла.

Творог протереть через сито, добавить соль, яйцо, немного разбавить молоком и перемешать.

Сваренный картофель нарезать ломтиками или поджарить на масле ломтики сырого картофеля и перемешать с творогом. Все это выложить в противень или миску, смазанные маслом, обложить кусочками масла и запекать в духовке до образования золотистой корочки.

391. ЗАПЕКАНКА ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ

10 картофелин, 4 соленых огурца, 3 луковицы, соль, ½ стакана натертого сыра, 1 ст. ложка жира, 1 ½ стакана томатного соуса.

В смазанные маслом и посыпанные сухарями противень или миску положить ряд нарезанного ломтиками вареного картофеля, на него — ряд нарезанных ломтиками очищенных соленых огурцов и лука, затем — еще ряд картофеля. Все залить томатным (719) соусом, посыпать натертым сыром, обложить кусочками масла или сала и запекать в духовке.

392. ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МОРКОВЬЮ

15 картофелин, 2 яйца, 1 морковь, 1 ст. ложка масла, 2 ст. ложки сметаны (не обязательно), соль, 2 стакана томатного соуса.

Очищенный картофель сварить, слить воду, немного подогреть, чтобы он обсох. Горячий картофель размять или пропустить через мясорубку. Затем добавить натертую вареную морковь, соль, яйца, масло и все перемешать. Если яиц нет, можно добавить пару ложек муки и, если надо, разбавить горячим молоком.

Приготовленную массу положить на смазанный маслом и посыпанный сухарями или мукой противень, поверхность массы разровнять, смазать смесью сметаны с яйцом, посыпать сухарями и запекать в духовке, пока не зарумянится.

Картофельную запеканку можно печь с начинкой из вареного мяса (371), сушеных грибов (385), сельди с грибами (393) или тушеной капусты (408). Начинка кладется между двумя слоями размятого картофеля.

Если картофельная запеканка делается без начинки, ее также можно несколько разнообразить. Перед выпечкой в массу можно добавить натертый сыр или творог.

Перед подачей запеканки на стол ее надо разрезать на куски и полить маслом, шкварками, томатным (719) или сметанным (721) соусом. К запеканке с мясным фаршем можно подать соус из хрена (724).

393. КАРТОФЕЛЬ ФАРШИРОВАННЫЙ

12 картофелин средней величины, 1 ст. ложка масла, 2 ст. ложки сметаны, зелень укропа, бульон.

Для фарша из сельди с грибами ½ сельди, 5 сушеных грибов, 1 луковица, ½ ст.ложки сливочного или растительного масла, вареный картофель, молотый перец, сметана.

Картофель очистить и промыть, отрезать верхушки, середину выскоблить и заполнить мясным фаршем. Затем с одного конца каждую картофелину накрыть отрезанной верхушкой, а другой конец подровнять, чтобы картофелину можно было поставить. Поставить картофелины в кастрюлю в один ряд, положить на каждую по кусочку масла, добавить бульон, немного сметаны и запекать в духовке, пока картофель не станет мягким.

При подаче к столу фаршированный картофель положить на блюдо, посыпать зеленью укропа, вокруг полить соком, в котором картофель запекался.

Фарш из сельди с грибами. Сельдь вымочить, удалить кости, разрубить, добавить мелко порубленные и обжаренные на жире вареные грибы, картофельное пюре, приготовленное из выскобленных сердцевин картофеля, добавить вареное или сырое яйцо (не обязательно), поджаренный лук, пару ложек сметаны, молотый перец и, все перемешав, нафаршировать картофель.

Вместо фарша из сельди с грибами картофель можно начинить фаршем из отварного мяса или сваренных сушеных грибов.

394. КАША ИЗ НАТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ

15 картофелин, 1 литр воды, соль, 1 ст. ложка жира, 1 луковица.

В кипящую подсоленную воду положить натертый сырой картофель и варить, помешивая, пока каша не станет густой. Добавить жир с поджаренным луком, соль и поставить тушиться в печь или духовку.

395. КАША ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ И НАТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ

Из одного стакана ячневой крупы сварить жидкую кашу. Добавить в нее 5 натертых сырых картофелин и, хорошо помешивая, варить 15 минут или запекать в духовке. При подаче к столу кашу залить салом, поджаренным с луком.

396. КЛЕЦКИ ИЗ НАТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ С КРУПОЙ

12 картофелин, 1 стакан ячневой крупы, соль, 75 г шпика, 1 луковица.

Натереть картофель, отжать воду, добавить кашу из крупы, соль, замесить и сделать круглые клецки. Варить ½ часа в подсоленной воде.

При подаче к столу полить клецки поджаренным с луком шпиком или растопленным маслом со сметаной.

Вареные клецки можно нарезать ломтиками и поджарить на жире.

397. ЧАШЕЧКИ ИЗ НАТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ

15 сырых картофелин, 5 вареных картофелин, соль, 1 ст. ложка масла, ½ стакана сметаны.

Натереть сырой картофель, отжать через марлю, добавить размятый вареный картофель, соль и замесить тесто. Брать по небольшому кусочку теста, скатать шарики и с одной стороны сделать пальцем углубление. Варить в подсоленной воде 15 минут.

Перед подачей к столу чашечки наполнить растопленным маслом со сметаной или шкварками.

398. ЦЕПЕЛИНАЙ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

15 сырых картофелин, 5 вареных картофелин, соль.

Для фарша: 400-500 г говядины, 1 луковица, ¼ ст. ложки жира, молотый перец.

Для соуса: 70 г шпика, 1 луковица, 2—3 ст. ложки сметаны.

Очищенный и обмытый картофель натереть, отжать сок через марлю, добавить к сырому картофелю размятый вареный картофель, по вкусу соли и все хорошо размять. Брать куски весом 70—80 г, расплющить их между ладонями, на середину положить фарш, края соединить и сделать овальные «цеппелины». Опускать по одному в кипящую подсоленную воду (вода должна все время кипеть) и, осторожно помешивая, варить 25—30 минут.

Выбрать из воды, положить на подогретое блюдо и полить шпиком, поджаренным с луком, и сметаной.

Фарш приготовляют из сырого или отварного мяса, шпика, печенки или творога.

Мясной фарш. Говядину или свинину (сырую или отварную) пропустить через мясорубку, добавить поджаренный на жире лук, молотый перец, соль, по мере надобности немного бульона и хорошо перемешать.

Фарш из шпика. 150 г шпика нарезать продолговатыми кусочками, посыпать перцем, можно добавить мелко нарубленную копченую ветчину или обжаренные крошки черного хлеба, хорошо перемешать.

Творожный фарш. 500 г творога хорошо растереть, добавить (если имеется) 1 яйцо, немного соли, сахара и перемешать. С творожным фаршем цепелинай часто делают круглыми и сплюснутыми. Готовые цепелинай можно полить растопленным маслом со сметаной.

399. ЦЕПЕЛИНАЙ ИЗ СЫРОГО КАРТОФЕЛЯ С ТВОРОГОМ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

15 сырых картофелин, 0,5 кг творога, соль, 0,5 кг мясного фарша, 70 г жира.

Д л я с о у с а: 70 г шпика, 1 луковица, 3—4 ст. ложки сметаны.

Картофель натереть, отжать сок через марлю, добавить к натертому картофелю творог (½ веса картофеля), соль и перемешать. Из приготовленной массы сделать продолговатые цепелинай, начинить их фаршем из мяса, шпика с луком или творога (398). Затем поджарить на жире, положить в кастрюлю, залить поджаренным шпиком с луком, добавить сметану и тушить в печке или духовке.

Цепелинай можно приготовить иначе: поджаренные на жире цепелинай залить кашей из ячневой или пшеничной крупы и тушить в печи в закрытой посуде.

400. БУЛОЧКИ ИЗ ВАРЕНОГО И СЫРОГО КАРТОФЕЛЯ

10 вареных картофелин, 10 сырых картофелин, соль, 75 г шпика, 1 луковица, ½ стакана сметаны.

Картофель натереть, отжать сок, добавить к сырому картофелю размятый вареный картофель, соль и все замесить. Из теста сделать валики, сплющить их, разрезать на кусочки и выпечь в духовке.

Выпеченные булочки положить в миску, залить поджаренным шпиком с луком, сметаной и тушить в печке или духовке.

401. ЛЕПЕШКИ ИЗ НАТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ

12 сырых картофелин, 5 вареных картофелин, соль, 1 ст. ложка жира для жаренья.

Д л я с о у с а: 70 г шпика, 1 луковица, 2 ст. ложки сметаны.

Очищенный и промытый сырой картофель натереть, отжать сок. Добавить к сырому картофелю натертый или размятый вареный картофель, соль и все замесить. Сделать лепешки величиной с котлету, обжарить их с обеих сторон на сковороде, положить в миску, залить поджаренным шпиком с луком, добавить сметану и тушить 10 минут.

402. ОЛАДЬИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

15 картофелин, 1 яйцо, соль, 2 ст. ложки жира или ½ стакана растительного масла для жаренья, 1 стакан сметаны.

Натереть картофель, отжать излишек сока, добавить яйцо (не обязательно), соль, размешать. Поджарить на сковороде с хорошо разогретым жиром, кладя по 1 ст. ложке массы для каждой оладьи.

Если оладьи приготовляют из молодого картофеля, в массу надо добавить 1 столовую ложку муки.

Массу для оладий можно также приготовить на молоке. Сок натертого картофеля отжать через марлю, массу заварить кипящим молоком, добавить яйцо, соль, хорошо перемешать и жарить оладьи.

Подать к столу со сметаной или со шкварками, с маслом и сметаной или с брусничным повидлом.

403. БАБКА КАРТОФЕЛЬНАЯ — КУГЕЛИС (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

15—20 картофелин, 1 яйцо (не обязательно), 1 ст. ложка жира, соль, молотый перец.

Для соуса: 70 г шпика, 1 луковица, 1—2 ст. ложки сметаны.

Сырой картофель натереть, добавить соль, перец, яйцо и хорошо перемешать.

Положить на противень жир или поджаренный шпик и хорошо разогреть. Выложить массу из натертого картофеля слоем толщиной 3—5 см и слегка перемешать ее с жиром. Выровнять ложкой поверхность и выпекать в хорошем жару около часа, чтобы верх красиво зарумянился. Что бы бабку легче было вынуть, противень ставят на 1 минуту на намоченную холодной водой тряпку.

Готовую бабку разрезать на четырехугольные куски и красиво уложить на блюдо. Поджаренный шпик с луком, с добавлением к шкваркам сметаны, подать отдельно. Бабку подают в горячем виде.

404. ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С КАПУСТОЙ

15 сырых картофелин, 5 вареных картофелин, 2 ст. ложки муки, 1 яйцо (не обязательно), соль.

Для фарша: 1 миска квашеной капусты, 1 луковица, 1 ст. ложка жира, молотый перец.

Натереть сырой картофель и отжать частично сок, чтобы масса не была жидкой. Добавить размятый или натертый вареный картофель, муку, яйцо, соль и пере мешать.

Смазать жиром противень, выложить на него слой приготовленной картофельной массы, затем слой капусты, тушенной с жиром, луком и перцем, и снова слой картофельной массы. Верхний слой картофельной массы должен быть тоньше нижнего. Приготовленную запеканку наколоть вилкой, полить жиром и запекать 1 час в хорошем жару.

При подаче на стол запеканку разрезать на четырехугольные куски и залить шкварками с луком.

405. РАГУОЛЯЙ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

15 сырых картофелин, 2 вареные картофелины, 3 горсти пшеничной, ячневой или гречневой муки, 20 г дрожжей, соль.

Для соуса; 100 г копченого свиного сала, 2 луковицы.

Натереть 2 вареные картофелины, добавить дрожжи и горсть муки разбавить теплой водой. Перемешать кашицу и поставить на несколько часов в теплое место, чтобы получилась закваска.

Сырой картофель очистить, обмыть, натереть, слить сок, добавить пару горстей муки, приготовленную закваску, размешать и поставить на ночь в теплое место. На утро слить собравшуюся на дне миски жидкость, добавить соль, остальную муку, перемешать, выложить слоем (толщиной 3—4 см) на смазанную жиром сковороду (лучше взять 2 небольшие сковороды) и выпекать в печи или духовке (в старину рагуоляй пекли в печи на высушенных капустных листьях).

Рагуоляй подаются на стол горячими со шкварками с луком или же с творожной или капустной подливкой. Рагуоляй употребляют также вместо хлеба.

Творожная подливка. Нарезать 100 г копченого свиного сала, поджарить с луком, накрошить 3—4 ст. ложки творога, прибавить пару ложек сметаны (не обязательно), немного соли, подогреть и подать к столу с рагуоляй.

Капустная подливка: Тушить 0,5 кг квашеной капусты, прибавив воды и немного жира. При подаче к столу тушеную капусту залить шкварками. Подливка должна быть негустой.

КАПУСТА

406. КАПУСТА ОТВАРНАЯ

1 кочан капусты, ½ стакана сухарей, 1 ст. ложка масла, соль.

Удалить верхние зеленые листья капусты, кочан разрезать вдоль на отдельные части и отварить в подсоленной воде. Выложить капусту на дуршлаг, дать стечь воде. Потом положить ее в нагретое блюдо и залить маслом с сухарями (729).

407. КАПУСТА ОТВАРНАЯ ПОДЖАРЕННАЯ

1 кочан капусты, 2 ст. ложки муки, 2 яйца, 1 стакан сухарей, 1 ст. ложка масла, соль.

Отваренную капусту (406) выложить на дуршлаг и дать стечь воде. Затем обсыпать капусту мукой, смочить взбитым яйцом, обвалять в сухарях и поджарить на масле.

При подаче к столу капусту залить растопленным маслом.

408. КАПУСТА ТУШЕННАЯ

1 кочан бело или краснокочанной капусты, 2 луковицы, 1—2 ст. ложки томатного пюре, уксус, соль, сахар, ½ ст. ложки муки, 1 ст. ложка сала или масла.

Кочан капусты разрезать на четырехугольные куски. Положить в кастрюлю налить воды или бульона до 1/3 или 1/4 высоты капусты. Добавить уксусу, чтобы капуста не разварилась, и тушить. Муку поджарить на масле, добавить мелко нарезанный лук, томатное пюре, еще немного поджарить и, разбавив горячим бульоном или водой, немного поварить. Приготовленным таким образом соусом полить тушеную капусту, перемешать, добавить по вкусу соль, уксус, сахар и еще немного потушить. Вместо томатного пюре в капусту можно положить нарезанные свежие яблоки.

Так же тушат и квашеную капусту. Чтобы она не пригорела, надо сначала положить жир. К квашеной капусте уксуса не добавляют.

Горячую тушеную капусту подают к блюдам из мяса, рыбы и птицы.

409. КАПУСТА ФАРШИРОВАННАЯ

1 кочан капусты (бело- или краснокочанной), 1 ст. ложка масла, ½ ст. ложки муки, ½ стакана сметаны, 2 ст. ложки томатного пюре, соль, бульон.

Для грибного фарша: 1 неполный стакан риса, 1 яйцо, 1 луковица, ½ ст. ложки масла, 1—2 ст. ложки сметаны, соль, 200 г грибов.

Удалить верхние зеленые листья капусты, вырезать кочерыжку. Отварить в подсоленной воде. Вынув из воды кочан капусты, охладить его, дать стечь воде и, раздвинув листья, в промежутки между ними положить приготовленный фарш. Затем листья снова прижать, кочан обвязать нитками, положить в кастрюлю или в противень, добавить бульон, масло, сметану, томатное пюре и тушить или жарить в духовке. Во время жаренья по временам поливать капусту соком. Подобным же образом можно фаршировать и кочан квашеной капусты.

При подаче к столу жареный или тушеный кочан капусты разрезать на продольные части. В сок, образовавшийся при тушении или жареньи капусты, добавить поджаренную на масле муку, немного поварить, чтобы он стал гуще, и залить капусту.

Капусту можно фаршировать мясным, овощным (как для голубцов) или грибным фаршем.

Грибной фарш. Сушеные грибы замочить, обмыть и сварить в подсоленной воде. Затем разрезать или порубить, поджарить вместе с луком на масле, добавить полуразваренный рис или смоченные в молоке сухари, яйцо, сметану, соль и все размешать.

410. ГОЛУБЦЫ КАПУСТНЫЕ

1 большой кочан капусты (бело- или краснокочанной), 1 ст. ложка жира, 2 ст. ложки томатного пюре, ½ стакана муки, соль, ½ стакана сметаны, 500 г мясного, грибного, творожного или овощного фарша, бульон.

Кочан капусты. вырезав кочерыжку, отварить в подсоленной воде, чтобы листья стали мягкими. Вынуть из воды капусту, разобрать на отдельные листья и утолщенные части обрезать. На каждый капустный лист положить приготовленный фарш и свернуть в ролик. Приготовленные таким образом ролики обсыпать мукой, обжарить на сковороде с жиром, переложить в кастрюлю, добавить жир, бульон или горячую воду, томатное пюре и 30—40 минут тушить. Под конец добавить сметану.

Голубцы можно начинять мясным, грибным, овощным, творожным или крупяным фаршем.

М я с н о й ф а р ш: 500 г говядины, ½ стакана риса, 1 луковица, 1 ст. ложка жира, соль, перец.

Пропущенное через мясорубку мясо разбавить бульоном, чтобы масса стала мягкой, добавить отваренный рис (можно и неваренный), поджаренный на масле лук, соль, молотый перец и все перемешать.

Сырое мясо можно заменить вареным, а рис — ячневой, перловой, пшеничной крупой или сухарями.

О в о щ н о й ф а р ш: 5 штук моркови, 3 луковицы, 1 яйцо, ½ стакана риса, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка муки, соль.

Очищенные овощи мелко нарезать, поджарить на масле, посыпать мукой, посолить, добавить немного бульона и тушить. Остудив; добавить полуотваренный рис, яйцо и перемешать.

Ф а р ш и з к р у п ы: 1 стакан ячневой крупы, 5 сушеных боровиков, ! ст. ложка жира или 70 г шпика, 1 луковица, соль, 50—70 г копченого окорока.

Сварить рассыпчатую ячневую кашу, прибавить соль, поджаренный шпик вместе с нарезанными отваренными грибами и луком, а также нарезанный кусочками копченый окорок (не обязательно).

Т в о р о ж н ы й ф а р ш: 500 г творога, ½ стакана риса, 1 ст. ложка масла, ½ стакана сметаны, 1 яйцо, соль и немного сахара.

Сварить рассыпчатую рисовую кашу, добавить растертый творог, яйцо, соль, сметану, немного сахара, перемешать и начинить голубцы.

411. КОТЛЕТЫ КАПУСТНЫЕ

1 кочан капусты, 1 ст. ложка манной крупы, 2 яйца, ½ стакана сухарей, 1 ст. ложка масла или сала, 2 луковицы, соль, 2 стакана сметанного соуса.

Очищенный кочан капусты разрезать на 4—6 частей и отварить в подсоленной воде. Вынуть капусту и дать стечь воде. Пропустить через мясорубку вместе с поджаренным на масле луком. Всыпать манную крупу, 5 минут подогревать, немного охладить, добавить яйцо, масло, соль. Если масса густая, разбавить ее сметаной, размешать и сделать котлеты. Смочить их взбитым яйцом, обвалять в сухарях и поджарить на хорошо разогретом жире.

Вместо манной крупы и яйца в размолотую капустную массу можно добавить ломтик вымоченной и отжатой булки и 2 ст. ложки картофельной муки.

При подаче к столу котлеты полить маслом и отдельно подать сметанный (721) или томатный (719) соус.

412. ОЛАДЬИ КАПУСТНЫЕ

1 большой кочан капусты, 1 стакан молока, ½ стакана муки, 2 яйца, соль, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка масла, 1 стакан сметаны.

Капусту нашинковать, положить в кастрюлю, добавить молоко и тушить до готовности. Дать остыть, добавить муку, яичные желтки, сахар, соль, перемешать и тогда ввести взбитые яичные белки. Жарить на сковороде небольшие оладьи. К ним подается растопленное масло со сметаной.

413. КАПУСТНЫЕ ЛИСТЬЯ ФАРШИРОВАННЫЕ

1 кочан капусты, 2 ст. ложки муки (для соуса и обсыпки), 1 ½ ст. ложки масла, 1 стакан отваренных свежих грибов, 1 луковица, соль, 1 стакан сухарей, 1 стакан сметаны, 1 яйцо, бульон.

Кочан капусты, вырезав кочерыжку, отварить в подсоленной воде и разобрать на отдельные листья. Утолщенные части листьев отбить молотком.

Поджарить на масле муку. Когда она пожелтеет, разбавить ее бульоном, немного поварить, добавить порубленные и поджаренные на масле грибы с луком, сметану, соль. Все перемешать и этой массой намазать капустные листья. Сложить их вдвое или в несколько раз, обсыпать мукой, смочить взбитым яйцом, обвалять в сухарях и с обеих сторон обжарить на масле.

При подаче к столу полить растопленным маслом. Сметану подать отдельно.

414. ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ

1 кочан капусты средней величины, 3—4 яйца, ½ стакана сухарей, 1 луковица, 1 ст. ложка масла, ½ стакана молока, 1 ст. ложка крахмала, соль, молотый перец, 2 стакана сметанного соуса.

Кочан капусты разрезать вдоль на части, отварить их в подсоленной воде, затем мелко порубить. Масло растереть в миске, добавить желтки, крахмал, сухари, молоко, капусту, поджаренный на масле лук, по вкусу соль, перец, все перемешать и ввести взбитые белки.

Противень или миску смазать маслом, посыпать сухарями и выложить туда приготовленную капустную массу. Сверху посыпать сухарями, обложить кусочками масла и запекать в духовке.

К запеканке подают молочный (725), сметанный (721) или томатный (719) соус.

415. КАПУСТА КРАСНОКОЧАННАЯ, ТУШЕННАЯ С ФАСОЛЬЮ

1 кочан краснокочанной капусты средней величины, 1 стакан фасоли, ½ ст. ложки муки, 1 ст. ложка масла, 2 луковицы, 2 ст. ложки томатного пюре, соль, сахар.

Предварительно замоченную фасоль сварить. Краснокочанную капусту разрезать на четырехугольные куски, положить в кастрюлю, добавить немного воды, жир и тушить. Когда капуста станет мягкой, добавить отваренную фасоль, поджаренную на масле муку, лук, томатное пюре, соль, сахар и кусочки вареного мяса (не обязательно), все перемешать и тушить еще несколько минут. Подать на стол с вареным картофелем.

Таким же способом можно тушить свежую или квашеную белокочанную капусту. Сперва капусту надо тушить, затем положить в нее отваренную фасоль и прочее.

416. КАПУСТА БРЮССЕЛЬСКАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ

1 кг брюссельской капусты, 1 ст. ложка масла, соль.

Очищенные и промытые кочешки брюссельской капусты, срезанные кочерыжки, залить на 1 час подсоленной водой. Затем обмыть их, положить в подсоленный кипяток, варить 10—15 минут. Откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Затем положить обратно в кастрюлю с растопленным маслом, добавить соль и тушить 5 минут.

При подаче к столу полить растопленным маслом.

417. КАПУСТА БРЮССЕЛЬСКАЯ ФАРШИРОВАННАЯ

1 большая брюссельская капуста, 0,5 кг мясного или грибного фарша, 1 ст. ложка масла, 1 стакан сметаны, соль.

Кочешки брюссельской капусты отварить в подсоленной воде, вынуть и дать стечь воде. Раздвинуть листики, нафаршировать мясным (410) или грибным (409) фаршем (как белокочанную капусту). В кастрюлю положить масло, кочешки капусты, полить сметаной и тушить. Если остался фарш, можно сделать фрикадельки и тушить их вместе с капустой.

Перед подачей на стол капусту выложить на блюдо и залить соком, в котором она тушилась. К капусте можно подать горячий отварной картофель или картофельное пюре.

418. ЗАПЕКАНКА ИЗ БРЮССЕЛЬСКОЙ КАПУСТЫ

1 брюссельская капуста средней величины, 1 ст. ложка масла, 2 ст. ложки натертого сыра, соль, 1 ст. ложка сухарей, 1 —1½ стакана молочного соуса.

Кочешки брюссельской капусты отварить в подсоленной воде, вынуть и дать стечь воде. Затем выложить в подготовленную посуду для запеканки, полить молочным соусом (725), обсыпать натертым сыром, обложить кусочками масла и запекать в духовке.

К столу запеканку подать в той же посуде, в которой она запекалась.

Таким же образом можно приготовить запеканку из цветной капусты.

419. КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ

1 большой кочан цветной капусты, 1 ст. ложка масла, 2 ст. ложки сухарей, соль.

Кочан цветной капусты разделить на небольшие части, положить на 1 час в подсоленную холодную воду. Затем капусту обмыть холодной водой, положить в кастрюлю с подсоленным кипятком и сварить. Потом вынуть и дать стечь воде, положить на блюдо и залить маслом с сухарями (729) или голландским (727) соусом.

Горячая отварная цветная капуста может быть использована как гарнир к блюдам из мяса, птицы, рыбы или как отдельное блюдо. В последнем случае можно отварить целыми меньшие кочаны (по одному на каждого человека) и залить маслом с сухарями.

В качестве горячего гарнира подать блинчики с мясной начинкой.

420. КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ С ДРУГИМИ ОВОЩАМИ

8 картофелин, 1 кочан цветной капусты, 5 шт. моркови, ½ стакана молока, 1 ст. ложка масла, 2 яйца, 2 ст. ложки натертого сыра, 1 стакан молочного соуса, сахар, соль.

Приготовить пюре из вареного картофеля, добавить молоко, масло, яичный желток и соль. Выложить его в приготовленную для запеканки посуду, разровнять ложкой, посередине сделать углубление, в которое положить тушеную морковь (423) и отварную цветную капусту. Полить молочным соусом средней густоты, с добавлением сырого яйца (725), посыпать сыром, обложить кусочками масла и запечь в духовке.

421. ЗАПЕКАНКА ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

1 кочан цветной капусты средней величины, 2 шт. моркови, 1 ст. ложка масла, 3 яйца, 1 стакан сухарей, 1/2—2/3 стакана молока, 2 ст. ложки сметаны, соль по вкусу, 2 ст. ложки натертого голландского сыра, 1—1½ стакана сметанного соуса.

Цветную капусту отварить в подсоленной воде, вынуть, дать стечь воде, затем порубить.

В миске растереть масло, добавить яичные желтки, растертые с солью, цветную капусту, смоченные молоком сухари, натертую отваренную морковь, сметану, все перемешать и ввести взбитые яичные белки.

Приготовленную массу выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму (можно употреблять форму для торта или пудинга), посыпать натертым голландским сыром, обложить кусочками масла к запекать в духовке. Если масса выложена в форму для пудинга, то форму ставят в посуду с горячей водой и варят около часа, хорошо накрыв крышкой.

К столу запеканка подается на неглубокой тарелке политая маслом с сухарями (729) или отдельно подается сметанный (721) или голландский (727) соус.

422. КОЛЬРАБИ ТУШЕНАЯ

3—4 шт. кольраби, 1 стакан молока, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка муки, соль.

Кольраби очистить, нарезать небольшими ломтиками, положить в кастрюлю, залить молоком, добавить масло, немного соли и тушить Заправить поджаренной на масле мукой. Подается в горячем виде как гарнир к мясным блюдам.

МОРКОВЬ, СВЕКЛА, РЕПА, БРЮКВА

423. МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ

10 шт. моркови (больших), 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка сахара, ½ ст. ложки муки, соль.

Морковь очистить, обмыть, разрезать на дольки или ломтики, положить в кастрюлю и, добавив немного воды, масла, тушить, пока она не станет мягкой. Тогда муку поджарить на масле, разбавить горячим молоком или водой, немного поварить и залить морковь. Для вкуса добавить соль, сахар, пару ложек сметаны (не обязательно) и тушить еще несколько минут.

При подаче к столу тушеную морковь полить растопленным маслом. Подается к жареному или тушеному мясу и птице.

424. МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ЗАЖАРЕННАЯ

Очищенную морковь отварить (желательно в мясном бульоне), разрезать на круглые или продолговатые кусочки и поджарить на масле.

Подавать в горячем виде к птице, мясным и рыбным блюдам.

425. ОЛАДЬИ МОРКОВНЫЕ

10—12 шт. моркови, ½—1 стакан муки, 1—2 яйца, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка масла, 1 стакан сметаны, соль.

Очищенную и вымытую сырую морковь натереть, добавить муку, яйца, соль, немного сахара и перемешать. Можно добавить натертый творог. Из приготовленной массы печь небольшие оладьи на хорошо разогретом масле.

При подаче к столу оладьи полить маслом. Сметану или молочный соус (725) подать отдельно. Посыпанные сахаром оладьи можно подать без соуса.

426. КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ

10 шт. моркови, 3 яблока, ½—1 стакан манной крупы, 1 яйцо, ½ стакана сухарей или муки, сахар, соль, 1 ст. ложка масла или маргарина, 2 стакана молочного соуса.

Сырую морковь и яблоки крупно натереть (на терке для свеклы), положить в кастрюлю, влить немного воды или молока, добавить масла и тушить. Затем добавить манную крупу, сахар, соль, яйцо и хорошо перемешать. Сделать котлеты, обвалять их в сухарях и жарить на хорошо разогретом масле.

При подаче к столу полить котлеты растопленным маслом. Сметану, молочный (725) или сметанный (721) соус подать отдельно.

427. МОРКОВЬ ФАРШИРОВАННАЯ

6 шт. моркови, 300 г фарша из мяса, грибов, сельди или окорока, 1 ст. ложка масла, соль.

Очищенную и вымытую морковь нарезать кусочками длиной 6 см. Удалить сердцевину и отварить морковь в подсоленной воде. Приготовить фарш из вареного мяса (371), грибов (385) или окорока (439), нафаршировать морковь, положить на сковороду, добавить масло и запечь в духовке.

При подаче к столу морковь положить на блюдо и обложить гренками из булки.

Фаршированную морковь можно подать горячей к отварной цветной капусте, отварному зеленому горошку или как холодную закуску.

428. МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА

12 шт. моркови, 2—3 яйца, 2 ст. ложки сахара, ½ стакана манной крупы, 1 яблоко, ½ ст. ложки масла, корица или лимонная цедра, соль, 1 стакан сметаны.

В натертую сырую морковь положить натертое яблоко, манную крупу, растертые с сахаром яичные желтки, изюм (не обязательно), корицу, немного соли, все перемешать и ввести взбитые яичные белки. Противень смазать маслом, посыпать сухарями и выложить на него морковную массу. Сверху положить кусочки масла и запекать в духовке.

При подаче к столу запеканку разрезать на куски и полить растопленным маслом. Отдельно подать сметану, молочный (725) или сметанный (721) соус.

429. ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ И ТВОРОГА

12 шт. моркови, 500 г творога, ½ стакана манной крупы, ½ стакана молока, 2 ст. ложки сахара, 3 яйца, 1 ст. ложка масла, корица, 1 ст. ложка сухарей, ½ стакана сметаны, соль.

Сырую или отваренную морковь натереть, добавить растертый творог, замоченную в молоке манную крупу, растертые с сахаром яичные желтки, корицу, немного соли, все перемешать и ввести взбитые белки. Приготовленную массу выложить в смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, смазать смесью яйца со сметаной, обложить кусочками масла и запекать в духовке.

При подаче к столу запеканку разрезать на куски. Отдельно подать сметану или растопленное масло со сметаной.

430. ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ И ФАСОЛИ

8 шт. моркови, 1 стакан фасоли или гороха, ½ ст. ложки масла, 2 яйца, 3 ст. ложки натертого сыра, 1 стакан сметаны, соль, 1 ст. ложка сухарей.

Крупно натертую (на терке для свеклы) сырую морковь положить в кастрюлю, влить воды, добавить масло и тушить. Протереть затем через сито, добавить протертую отваренную фасоль, яйца, масло, соль. Все перемешать и выложить в смазанный маслом и посыпанный сухарями противень. Сверху посыпать натертым сыром, обложить кусочками масла и запекать в духовке 45 минут.

Запеканку подать к столу разрезанной на куски. Отдельно подать сметану.

Таким же образом приготовляется запеканка из моркови с горохом.

431. СВЕКЛА ТУШЕНАЯ

3—4 шт. свеклы, 2 луковицы, 1 ст. ложка масла или сала, уксус, сахар, соль.

Отваренную свеклу очистить, в горячем виде натереть на терке для свеклы, добавить поджаренный ни жире лук, уксус, сахар, соль и тушить. Можно также добавить поджаренную на масле муку и сметану. В горячем виде подается к говяжьим котлетам, к жаркому из молотого мяса, тушеному зайцу.

Тушеную свеклу можно подать и как горячее овощное блюдо с горячим картофелем.

432. ОЛАДЬИ ИЗ СВЕКЛЫ И ТВОРОГА

3 шт. свеклы, 1—2 яблока, 500 г творога, 1 яйцо, 1 стакан муки, 1 стакан молока, 1 ст. ложка сала или масла, 1 стакан сметаны, соль, 1 чайная ложка сахара.

Отваренную свеклу очистить и натереть. Добавить муку, нарезанные тонкими ломтиками яблоки (не обязательно), хорошо растертый творог, молоко, немного соли, сахар, яйцо, все перемешать и жарить небольшие оладьи.

При подаче к столу залить шкварками с луком или растопленным маслом. Отдельно подать сметану.

433. ЗАПЕКАНКА ИЗ СВЕКЛЫ

3 шт. свеклы, ½ миски квашеной капусты, 2 луковицы, ½ стакана фасоли, 1 ст. ложка сала, 300 г вареного мяса, 2 стакана соуса из хрена, 1 яйцо.

Сваренную и очищенную свеклу натереть в горячем виде на терке для свеклы, добавить поджаренный на сале лук и тушить. Затем добавить тушеную капусту, вареное мясо, кусочки колбасы или шпика, сваренную фасоль, залить соусом из хрена (724), в который положить сырое яйцо, все перемешать. Выложить в подготовленный противень или миску и запекать в духовке.

434. РЕПА И БРЮКВА ФАРШИРОВАННЫЕ

6 реп или 3 брюквы средней величины, 1 ст. ложка масла, ½ стакана сметаны, 3 ст. ложки натертого сыра, соль, 1 ст. ложка муки, сахар, бульон.

Для фарша: 200 г вареного мяса, 2 луковицы, ½ ст. ложки масла, молотый перец, соль.

Вымытые репы сварить в подсоленной воде. Ложкой выскоблить сердцевину, что бы репы имели форму чашечек. Выбранную сердцевину порубить, добавить рубленое вареное мясо, лук, соль, перец, посыпать мукой и поджарить. Затем добавить сметану, немного сахара, все перемешать и этим фаршем начинить репу. Сверху посыпать натертым сыром, положить по кусочку масла и, положив в один ряд на противень или в кастрюлю, запекать в духовке. Когда поверхность зарумянится, влить бульон и полить сметаной.

При подаче к столу запеченные репы положить на блюдо. Сок, в котором он и запекались, сгустить поджаренной на масле мукой и залить им репы.

Так же можно фаршировать кольраби или брюкву. Последнюю при подаче к столу разрезать на 2—4 части.

Брюкву, репу или кольраби можно начинять мясным или грибным фаршем.

435. БРЮКВА СО СМЕТАНОЙ И КАРТОФЕЛЕМ

2 брюквы, 1 стакан сметаны, соль, отварной картофель.

Очищенную брюкву натереть на терке для картофеля, отжать сок, добавить сметану или молоко, чтобы получилась каша, посолить и подать на стол с вареным горячим картофелем.

Брюкву можно также приготовить иначе: очистить, разрезать на очень тонкие ломтики, хорошо перемешать в закрытой посуде, добавить нарезанный лук, соль и полить сметаной. Подать к столу с вареным горячим картофелем.

436. ЗАПЕКАНКА ИЗ РЕПЫ ИЛИ БРЮКВЫ С МЯСОМ

4 репы или 2 брюквы, 1 ст. ложка масла, 300 г вареного мяса, 1 луковица, 2 яйца, соль, 1 стакан сметаны, ½ стакана натертого сыра, ½ стакана муки.

Отваренные и очищенные репы разрезать на ломтики, обвалять в муке и поджарить на масле.

Вареное мясо порубить, добавить лук, поджарить на масле и перемешать с репой. Все выложить в подготовленную посуду, залить взбитыми с солью и сметаной яйцами, посыпать натертым сыром, обложить кусочками масла и запекать в духовке.

К столу подать в посуде, в которой ее запекали.

Так же можно приготовить запеканку из брюквы и кольраби.

Вместо мяса в запеканку можно положить вареные грибы.

ОГУРЦЫ, ПОМИДОРЫ, ЛУК

437. ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ТУШЕНЫЕ

5 свежих огурцов, ½ стакана муки, 1 ст. ложка масла, 3 помидора, ½ стакана сметаны, молотый перец, соль, зелень укропа, бульон.

Очистить свежие непереросшие огурцы, нарезать нетонкими ломтиками, посыпать солью, молотым перцем, обвалять в муке, уложить в один ряд на сковороду с маслом и обжарить с обеих сторон. Затем выложить их в кастрюлю, добавить немного масла, бульона, положить очищенные и нарезанные дольками помидоры, полить сметаной и тушить на легком огне, пока они не станут мягкими.

При подаче к столу огурцы посыпать зеленью укропа. К ним подают отварной или жареный картофель, кашу из ячневой, пшеничной или рисовой крупы или гренки из булки (268).

438. ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ФАРШИРОВАННЫЕ ТУШЕНЫЕ

6 свежих огурцов, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 2 помидор а, 300 г мясного или грибного фарша, ½ стакана сметаны, перец, соль, зелень петрушки.

Подобрать свежие огурцы одинаковой величины, очистить, разрезать вдоль пополам, удалить семена и посолить. Затем начинить их мясным, грибным или овощным фаршем (как для голубцов), обе половинки сложить, обвязать ниткой, посыпать мукой и обжарить на масле. Затем положить их в кастрюлю, залить оставшимся от жаренья маслом, добавить нарезанные дольками помидоры или мелко нарезанный лук, сметану, перец, соль, бульон и тушить. При подаче к столу тушеные огурцы, сняв нитки, положить на блюдо, залить процеженным соком, в котором тушились огурцы, и посыпать зеленью петрушки.

К ним можно подать вареный картофель или картофельное пюре.

439. ОГУРЦЫ СОЛЕНЫЕ, ФАРШИРОВАННЫЕ ВЕТЧИНОЙ

6 соленых огурцов, 1 ст. ложка муки, 1 морковь, 1 луковица, 50 г шпика, жир, бульон

Д л я ф а р ш а: 70 г копченой ветчины, 2 ломтика булки, ½ ст. ложки жира, 2 ст. ложки сметаны, 1 луковица.

Огурцы приготовить и начинить, как было указано (438). Посыпанные мукой и обжаренные на жире огурцы положить в кастрюлю вместе с ломтиками шпика, добавить лук, морковь, влить бульон и тушить.

К столу подать в том же соку, В котором они тушились. Сок можно заправить сметаной.

Предназначенные для фарша мелко нарезанные лук и ветчину поджарить на сковороде с жиром, добавить замоченную булку, сметану, перемешать и начинить огурцы. Вместо булки можно взять кашу из ячневой крупы или риса.

440. ШНИЦЕЛЬ ИЗ ОГУРЦОВ

4—5 свежих огурцов, ½ стакана муки, 1 ст. ложка масла, 1 морковь, 2 ст. ложки сметаны, соль.

Очистить свежие огурцы, нарезать крупными косыми ломтиками, посолить, обвалять в муке и поджарить на масле. Затем положить в кастрюлю, посыпать зажаренной натертой морковью, добавить сметану и тушить.

В горячем виде подается к мясным блюдам или как отдельное блюдо.

441. ПОМИДОРЫ ЖАРЕНЫЕ

10—12 помидоров средней величины, 1 ст. ложка масла, соль, молотый перец.

Твердые неперезрелые помидоры погрузить на несколько секунд в горячую воду и, выбрав, очистить от кожицы. Затем разрезать их пополам, поджарить на хорошо разогретом масле и посыпать солью с перцем. Маленькие помидоры можно поджарить, не разрезая их пополам.

При подаче к столу помидоры полить растопленным маслом. Приготовленные таким образом помидоры подаются в горячем виде к мясным или овощным блюдам.

442. ПОМИДОРЫ ЖАРЕНЫЕ С ЯИЧНИЦЕЙ

8 помидоров, 3 яйца, 2 ст. ложки молока, 1 ст. ложка масла.

Для фарша: 1 стакан вареных свежих грибов, 1 луковица, 1 ст. ложка сметаны, соль, ½ ст. ложки масла, зелень петрушки.

Неперезрелые твердые помидоры погрузить на несколько секунд в кипяток и, выбрав, очистить от кожицы. Затем разрезать их пополам, посыпать солью, перцем и слегка поджарить на масле.

Отдельно приготовить пару сковородок взбитой яичницы, нарезать ее продолговатыми кусками, положить на каждый кусок грибной фарш и сложить пополам.

В нагретое блюдо выложить фаршированные куски яичницы, на каждый кусок положить по половинке помидора, посыпать зеленью петрушки или натертым сыром, полить растопленным маслом.

Их можно обложить гренками из булки. Отдельно подать сметанный (721) соус.

Таким же образом приготовляют жареные не очищенные от кожицы помидоры.

443. ПОМИДОРЫ ФАРШИРОВАННЫЕ

10—12 помидоров средней величины, соль, 2 ст. ложки натертого сыра, 1 ст. ложка масла, 2 стакана сметанного соуса, зелень петрушки.

Для фарша из яиц и сельди: 2—3 яйца, 1 ломтик булки, ½ сельди, 1 луковица, ½ ст. ложки масла, 2 ст. ложки сметаны или сметанного соуса.

Твердые, неперезрелые помидоры обмыть, обтереть и, срезав верхушки, ложечкой выскоблить зернышки. Посолить, оставить на несколько минут, затем слить образовавшийся сок. Нафаршировать полностью помидоры, положить на них по кусочку масла, посыпать натертым сыром, уложить на противень и выпекать в умеренном жару 15—20 минут или доложить в кастрюлю, добавить немного бульона, масла и тушить.

Печеные или тушеные помидоры положить на нагретое блюдо, посыпать нарезанной зеленью петрушки и полить вокруг сметанным (721) или томатным (719) соусом.

Мелко нарезанный лук для фарша обжарить на масле, добавить куски вымоченной очищенной сельди, еще немного поджарить и, смешав с вымоченной булкой, порубленным крутым яйцами и сметаной нафаршировать помидоры.

Помидоры можно начинить фаршем из ветчины(439), грибов(385) или мяса (371).

444. ПОМИДОРЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ

8 помидоров, 1 стакан вареных грибов. 1 луковица, 3 яйца, ½ стакана молока, 1 ст. ложка масла, зелень петрушки, 1 стакан натертого сыра, 1 стакан накрошенной булки, соль, перец.

Противень или миску смазать маслом. Положить ряд ломтиков помидоров, посыпать солью, перцем, мелко нарезанными поджаренными вареными грибами, луком, натертым сыром и крошками булки. Можно уложить так несколько рядов. Все залить взбитыми с молоком яйцами, сверху посыпать натертым сыром и полить растопленным маслом. Запекать в духовке.

К столу подать в той же посуде, в которой они запекались.

445. ЛУК ТУШЕНЫЙ

10—12 луковиц, 1½ ст. ложки топленого масла или сала, 2—3 ст. ложки сметаны. соль.

Очищенный лук разрезать на ломтики и немного поджарить на жире, затем посолить, добавить сметану и тушить в закрытой посуде.

Подается к жареной говядине или баранине.

446. ЛУК ЖАРЕНЫЙ

10 луковиц, ½ ст. ложки муки, сало, топленое или растительное масло для жаренья, соль.

Очищенный лук нарезать поперек ломтиками, посыпать мукой и жарить в большом количестве сала, топленого или растительного масла, чтобы он подрумянился. Выбрать лук шумовкой и посолить.

Горячий лук подается к мясу. Если лук подается к холодным блюдам из рыбы или печенки, его следует жарить на растительном масле.

447. ЛУК ФАРШИРОВАННЫЙ

12 луковиц, 1 ст. ложка масла, ½ стакана сухарей, *2* ст. ложки сметаны, 200 г вареного мяса, перец, соль, зелень укропа, немного молока, бульон.

Лук очистить, срезать верхушку и осторожно, не попортив луковицу, выбрать сердцевину. Затем луковицы нафаршировать, на каждую положить по кусочку масла, положить в смазанную маслом неглубокую посуду или сковороду, запекать в духовке, пока они не зарумянятся. Добавить немного бульона, сметаны и, часто поливая образовавшимся соком, допечь лук. Необходимо следить, чтобы луковицы не развалились.

Выбранные сердцевины обжарить на масле, а когда они станут мягкими, добавить рубленое мясо, смоченные молоком сухари, сметану (не обязательно), перец, соль, все перемешать и наполнить этим фаршем луковицы. Кроме того, в фарш можно добавить поджаренную молотую печенку или поджаренную на масле вымоченную сельдь.

При подаче к столу запеченный лук положить на блюдо, полить процеженным соком, в котором лук пекся, и посыпать сверху зеленью укропа. К луку подается горячий вареный или жареный картофель.

448. СЕЛЬДЕРЕЙ, СВАРЕННЫЙ В ТОМАТНОМ СОУСЕ

4 шт. сельдерея, 1 луковица, ½ ст. ложки масла, 1 стакан томатного соуса, соль, мясо, булка.

Очищенный сельдерей разрезать на части и отварить в подсоленной воде. Затем нарезать их ломтиками, посыпать жареным луком, залить томатным соусом (719) и варить несколько минут. При подаче на стол положить на блюдо, посыпать зеленью петрушки, обложить кусочками вареного мяса и гренками из булки.

449. СЕЛЬДЕРЕЙ ЖАРЕНЫЙ

3—4 шт. сельдерея, соль, 1 яйцо, ½ стакана сухарей, 1 ст. ложка топленого масла.

Очищенный сельдерей отварить, нарезать ломтиками толщиной 0,5—1 см, смочить во взбитом яйце, обвалять в сухарях, положить в один ряд на сковороду с хорошо разогретым жиром, посолить и поджарить.

Горячий сельдерей подается к жареной баранине, козлятине или другим мясным блюдам.

450. ЗАПЕКАНКА ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ

4—5 шт. сельдерея, 1 ст. ложка сала, масла или маргарина, соль, 200 г вареного мяса или копченого окорока, 1½—2 стакана молочного соуса, 2 ст. ложки сыра.

Очищенный сельдерей крупно нарезать и отварить в подсоленной воде. Затем разрезать на ломтики и поджарить на жире. Уложить рядам и на подготовленный противень, прослаивая кусочками вареного и жареного мяса или ветчины. Залить белым (715) или молочным (725) соусом, посыпать натертым сыром, полить жиром и запечь в духовке.

Вместо мяса можно положить в запеканку поджаренную на жире печенку или ломтики крутого яйца.

К столу сельдерей подают в той же посуде, в которой он запекался.

ТЫКВА

451. ТЫКВА ВАРЕНАЯ

1,5 кг тыквы, лимонная кислота, соль, 1 ст. ложка масла, 2 ст. ложки белых суха рей.

Очистить тыкву от кожицы и удалить семена, нарезать четырехугольными кусками и отварить в подсоленной воде. Слить воду, добавить по вкусу лимонной кислоты и еще немного подогреть.

При подаче к столу полить маслом с поджаренными сухарями (729). Подается к горячему мясу.

452. ТЫКВА ЖАРЕНАЯ

½ тыквы, 1 яйцо, ½ стакана сухарей, 1 ст. ложка масла, 1 стакан молочного соуса, соль.

Из обмытой и очищенной тыквы удалить семена, нарезать нетонкими ломтиками, посолить, смочить взбитым яйцом, обвалять в сухарях или муке и поджарить на хорошо разогретом масле. Затем на несколько минут поставить в горячую духовку, чтобы она допеклась.

К жареной тыкве подают сметану или молочный (725) соус. При подаче к столу можно посыпать сахаром, смешанным с корицей.

453. ОЛАДЬИ ИЗ ТЫКВЫ

1,5 кг тыквы, 1 стакан молока, 1 стакан муки или сухарей, немного соли, 1 ст. ложка сахара, 2 яйца, 1 ст. ложка масла или сала.

Очистить тыкву от кожицы и удалить семена, натереть на терке, залить молоком и тушить. Затем дать остыть, добавить муку или сухари растертые с сахаром желтки, немного соли, можно прибавить соду и простоквашу, хорошо перемешать и ввести взбитые белки. Вместо муки в тыкву можно добавить неполный стакан манной крупы. Жарить небольшие оладьи на хорошо разогретом жире.

К тыквенным оладьям подают сметану и сахар.

454. ОЛАДЬИ ИЗ ТЫКВЫ И КАРТОФЕЛЯ

0,5 кг тыквы, 0,5 кг картофеля (5 картофелин), 2 ст. ложки муки, 2 яйца, 1 ст. ложка жира, 200 г брусничного повидла.

Натереть очищенную тыкву и сырой картофель, добавить муку, желтки, соль, все перемешать, а затем ввести взбитые белки. Из приготовленной массы жарить небольшие оладьи. К ним подают брусничное, яблочное повидло или сметану.

455. ЗАПЕКАНКА ИЗ ТЫКВЫ И ЯБЛОК

1 кг тыквы, 4—5 яблок, 2—3 яйца, ½ стакана манной крупы или 1 стакан сухарей, 1 ст. ложка масла, корица или лимонная цедра, 2 стакана молочного соуса, сахар, соль.

Тыкву очистить от кожицы и удалить семена, натереть, добавить воды, масло и варить. Затем добавить натертые яблоки и еще немного поварить. Сняв кастрюлю с огня, дать массе остыть, добавить в нее белые сухари или замоченную в молоке манную крупу, растертые с сахаром желтки, лимонную цедру, немного соли, хорошо перемешать и ввести взбитые белки. Выложить в подготовленный противень или миску, обложить кусочками масла и запечь в духовке.

К запеканке подается сметанный (721) или молочный (725) соус.

Так же приготовляется запеканка из тыквы без яблок.

456. ТЫКВА ФАРШИРОВАННАЯ

1 небольшая тыква (1 кг), 1 ст. ложка сала, масла или 50 г шпика, 500—700 г мясного или овощного фарша, ½ ст. ложки муки, ½ ст. ложки масла, соль, 2 ст. ложки томатного пюре, сметана.

Очищенную от кожицы тыкву разрезать пополам, удалить семена, посолить и начинить мясным или овощным фаршем (как для голубцов). Обе половины тыквы положить в противень, сверху положить кусочки масла или шпика, добавить немного воды, жира и запекать в духовке часто поливая выделившимся соком.

Жареную тыкву нарезать продольными ломтями но не разбирать их, чтобы тыква сохранила свою форму.

Сок, в котором жарилась тыква, процедить, сгустить, прибавив поджаренную на масле муку, добавить томатное пюре, затем немного поварить, заправить сметаной и подать в соуснике.

ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК, ФАСОЛЬ, ГОРОХ, БОБЫ

457. ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ

5 стаканов свежего зеленого горошка или 2 стакана сухого, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка сахара, соль.

Свежий вылущенный горошек положить в кипящую подсоленную воду и отварить.

Сухой зеленый горошек до варки надо перебрать, промыть и, залив холодной водой, замочить на 1—2 часа. Затем варить 1—1½ часа в той же воде без соли в закрытой посуде, пока горох не станет мягким.

Консервированный горошек варить не следует, достаточно подогреть вместе со всей жидкостью.

Сваренный горошек откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, добавить немного соли, сахара, часть масла, подогреть и подать к столу, полив растопленным маслом. Вместо масла и сахара горошек можно залить молочным соусом (725) средней густоты, затем подогреть и подать к столу.

Горячий горошек подается к мясным и рыбным блюдам.

458. СТРУЧКОВЫЙ ГОРОШЕК ИЛИ СПАРЖЕВАЯ ФАСОЛЬ ОТВАРНЫЕ

1 кг стручкового горошка или спаржевой фасоли, 1 ст. ложка масла, соль, 1 чайная ложка сахара.

Отщипнуть стебельки со стручков гороха, вытянуть боковые жилки, стручки помыть и отварить в подсоленной воде. Спаржевую фасоль до варки разрезать вкось на кусочки длиной 3—4 см.

Когда стручки с горохом или с фасолью сварятся, выложить их на дуршлаг и дать стечь воде, затем добавить сахар, масло, подогреть, полить растопленным маслом или маслом с сухарями (729) и подать к столу.

Вместо масла и сахара горошек или фасоль можно залить молочным (725) соусом.

Горячий стручковый горошек подается к мясным и рыбным блюдам или как второе блюдо.

459. ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК С ГРЕНКАМИ ИЗ БУЛКИ

5 стаканов свежего зеленого горошка, 1 ст. ложка масла, 1 стакан молока или сливок, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сахара, соль.

Вылущенный зеленый горошек отварить в подсоленной воде и отцедить ее. Поджаренную на масле муку разбавить гороховым отваром, молоком или сливками, добавить соль, сахар, немного поварить, затем залить этим соусом отваренный горошек и подогревать его еще несколько минут.

При подаче к столу отваренный горошек выложить на блюдо и обложить гренками из булки.

460. ПЮРЕ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА ИЛИ ФАСОЛИ

5 стаканов свежего или 2 стакана сухого горошка, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка сахара, соль.

Свежий горошек отварить (сухой горошек предварительно замочить), протереть через сито, добавить соль, сахар, масло и подогреть.

При подаче к столу пюре полить растопленным маслом. Подается к мясным блюдам.

Таким же образом приготовляют пюре из фасоли.

461. РАГУ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА И МОРКОВИ

2 стакана свежего зеленого горошка, 2 пучка свежей моркови, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка муки, 1 стакан молока, 1 ст. ложка сахара, соль.

Очищенную свежую морковь нарезать ломтиками, добавить масло и тушить до размягчения. Затем добавить вылущенный горошек, немного воды и тушить. После этого муку поджарить на масле, разбавить молоком, немного поварить, добавить соль, сахар. Этим соусом залить тушеный горошек с морковью и подогреть.

При подаче к столу рагу положить на блюдо и обложить гренками из булки или пирожками из слоеного теста .

462. ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК С КОПЧЕНОЙ ВЕТЧИНОЙ

2 стакана сушеного зеленого горошка, 100 г копченой ветчины или копченой колбасы, 1 ст. ложка сала или масла, 2 ст. ложки сметаны, 1 желток, соль.

Сухой горошек перебрать, промыть, замочить и отварить в неподсоленной воде. Откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Добавить масло или сало, кусочки копченой ветчины и тушить.

Снять посуду с огня, добавить сырой желток, подогреть, положить сметану и по вкусу соль.

Подать к столу с гренками из булки (268).

463. ФАСОЛЬ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ

2 стакана фасоли, 1 ст. ложка масла или сала, 3 ст. ложки томатного пюре, 2 ст. ложки сметаны, соль.

Фасоль перебрать, промыть, замочить, затем отварить в неподсоленной воде. Слить воду, добавить масло или сало, соль, томатное пюре, пару ложек сметаны (не обязательно) и тушить несколько минут.

Горячую фасоль подают к мясу или как второе блюдо. В последнем случае ее надо обложить гренками из булки (268).

464. ФАСОЛЬ ТУШЕНАЯ С ЛАПШОЙ

1 стакан фасоли, 3 горсти лапши, ½ ст. ложки муки, 1 ст. ложка масла, 2 ст. ложки томатного пюре, 1 луковица, соль, чеснок, 2 ст. ложки сметаны, бульон.

Фасоль и лапшу отварить отдельно. Поджарить муку на масле, добавить нарезанный лук, томатное пюре, еще немного поджарить и разбавить бульоном. В этот соус положить вареную фасоль, лапшу, соль, сметану, мелко порубленный чеснок и тушить в духовке.

465. БИТОЧКИ ИЗ ФАСОЛИ ИЛИ ГОРОХА

2 стакана фасоли или гороха, 2 луковицы, 3 шт. моркови, 1 корень петрушки, 1 стакан сухарей, 1 ст. ложка муки, 2 яйца, 50-75 г шпика, соль, 1 ст. ложка жира, 2 стакана томатного соуса.

Горох, зеленый горошек или фасоль отварить с кореньями и протереть через сито. Добавить сухари, муку, соль, яйца, мелко нарубленный шпик. Хорошо перемешать и разделать круглые биточки. Смочить их взбитым яйцом, обвалять в сухарях и поджарить на жире.

К ним подается томатный соус (719) или соус из хрена (724).

466. ПЮРЕ ИЗ ЖЕЛТОГО ГОРОХА

2 стакана гороха, 50—70 г шпика, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, соль.

Желтый горох перебрать, промыть, замочить и отварить в неподсоленной воде. Затем протереть через сито, добавить поджаренный с луком шпик, поджаренную на жире муку, соль и, помешивая, подогревать, пока не закипит.

Горячее пюре подается к мясным блюдам или как второе блюдо. В последнем случае пюре обложить ломтиками жареного шпика, колбасы или ветчины.

467. БОБЫ ТУШЕНЫЕ

2 стакана бобов, 1 ст. ложка сала или масла, ½ стакана сметаны, соль.

Бобы отварить, вылущить, добавить соль, масло, сало или шпик. полить сметаной и тушить.

КУКУРУЗА

Кукуруза содержит большое количество углеводов (около 75 процентов) и жиров (2—8 процентов). Некоторые сорта кукурузы содержат свыше 70 процентов крахмала.

Из созревшей кукурузы изготовляют муку, крупу, крахмал, спирт, растительное масло и другие продукты.

В пищу большей частью употребляется кукуруза сахарная, не полностью созревшая, в фазе молочной спелости. Зерна такой кукурузы легко отделяются от стебля початка. При нажиме из них выделяется жидкость, похожая на молоко. Кукуруза в фазе молочной спелости хорошо усваивается организмом человека.

468. КУКУРУЗА В ПОЧАТКАХ ОТВАРНАЯ В МАСЛОМ

6 початков кукурузы, 1 ст. ложка масла, соль.

Початки в фазе молочной спелости отварить в подсоленной воде. При подаче к столу полить их растопленным маслом или нарезанное кусочками масло подать отдельно на тарелочке.

Молодые початки кукурузы следует варить с окружающими их листьями, которые удаляют перед подачей к столу.

469. КУКУРУЗНАЯ КАША

3 стакана сваренных кукурузных зерен, 1 ст. ложка масла, ½ стакана молока, соль.

Зерна не вполне созревшей кукурузы вылущить и отварить в подсоленной воде. Воду слить, добавить масло, соль, молоко и тушить, чтобы зерна разварились.

Кукурузную кашу можно подать к мясным блюдам или с омлетом.

470. КУКУРУЗА В ТОМАТНОМ СОУСЕ

3 стакана сваренных кукурузных зерен, ½ ст. ложки масла, 1 луковица, 1 стакан томатного соуса, соль, зелень петрушки, перец.

Отваренные початки кукурузы вылущить, положить зерна в посуду для тушения, добавить поджаренный на масле мелко нарезанный лук, залить густым томатным соусом (719), посыпать перцем, солью и тушить 15 минут.

При подаче к столу посыпать зеленью петрушки.

471. КОТЛЕТЫ ИЗ КУКУРУЗЫ

3 стакана отваренных кукурузных зерен, 1 яйцо, 1 ломтик булки, 50—70 г шпика, масло для жаренья, ½ стакана сухарей, соль, молоко.

Незрелые початки кукурузы отварить, вылущить, пропустить зерна через мясорубку, добавить яйцо, вымоченную в молоке булку, мелко нарезанный шпик, соль и перемешать. Если масса слишком крутая, разбавить молоком. Разделать котлеты, обвалять в сухарях и жарить на масле.

472. ЗАПЕКАНКА ИЗ КУКУРУЗЫ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ

3 стакана отваренных кукурузных зерен, ½ ст. ложки масла, 2 ст. ложки натертого сыра, 2 стакана сметанного соуса.

Вылущить кукурузные зерна из отваренных початков, положить в подготовленный противень или миску, залить густым сметанным соусом (721), посыпать натертым сыром, полить растопленным маслом и запекать в духовке 15—20 минут.

473. ХЛОПЬЯ КУКУРУЗНЫЕ

Кукурузные хлопья можно использовать как гарнир к разным блюдам. Они подаются к сладким и некоторым кислым супам, а также к киселю, горячему молоку, чаю, какао, творогу и к другим блюдам.

Кукурузные хлопья, как добавка к другим блюдам, подаются обычно ка отдельных тарелочках порциями по 2—3 ст. ложки.

ШПИНАТ, СПАРЖА И ОВОЩНЫЕ СМЕСИ

474. ПЮРЕ ИЗ ШПИНАТА

0,5 кг шпината, 1 ст. ложка масла, ½ ст. ложка муки, 3 яйца, соль.

Шпинат перебрать, отщипнуть стебельки, промыть, нарезать, положить в кастрюлю, влить немного воды и варить до размягчения. Затем протереть через сито, выложить в кастрюлю, добавить поджаренную на масле муку, соль, перемешать и прибавить сметану (не обязательно).

При подаче к столу выложить на блюдо и обложить кусочками взбитой яичницы.

475. ШПИНАТ ОТВАРНОЙ

0,5 кг шпината, ½ ст. ложки муки, 1 ст. ложка масла, 3 яйца, ядра мускатного ореха, молотый перец, немного сахара, соль.

Шпинат перебрать, отщипнуть стебельки, промыть, нарезать, добавить масло и отварить в небольшом количестве воды. Затем добавить соль, натертый мускатный орех, молотый перец, поджаренную на масле муку, сахар, хорошо перемешать в подогревать еще несколько минут.

При подаче к столу выложить на блюдо и обложить гренками из булки, сверху украсить ломтиками крутого яйца или посыпать нарубленным яйцом.

476. СПАРЖА В МОЛОЧНОМ СОУСЕ

1 кг спаржи, соль, ½ стакана молочного соуса.

Очищенную и промытую спаржу нарезать кусочками длиной 3 см и отварить в подсоленной воде. Выбрать спаржу шумовкой, полить маслом с сухарями (729), молочным (725) или голландским (727) соусом и осторожно перемешать.

477. СПАРЖА ЗАПЕЧЕННАЯ

1 кг спаржи, 3 яйца, 1 стакан молока или сливок, ½ ст. ложки масла, соль.

Очищенную и промытую спаржу нарезать кусочками длиной 3 см и отварить в подсоленной воде. Выбрать спаржу шумовкой и дать стечь воде. Затем положить спаржу в смазанную маслом и посыпанную сухарями посуду, залить яйцами, взбитым и с молоком или сливками, посолить по вкусу, обложить кусочками масла и запекать в духовке, пока поверхность не зарумянится. Вместо взбитых яиц спаржу можно залить молочным соусом, заправленным сырым яйцом.

К столу спаржа подается в той же посуде, в которой она запекалась.

478. РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ

5 картофелин, 3 шт. моркови, 1 стакан зеленого горошка, 2 луковицы, 1 ст. ложка масла, 1 стакан сметаны, соль.

Нарезать лук и поджарить его на масле. Добавить морковь, нарезанную кубиками, дольками или ломтиками, и тушить до размягчения. Затем добавить отваренный зеленый горошек, вареный или поджаренный нарезанный кусочками картофель, сметану, соль, слегка перемешать и еще немного тушить.

В рагу можно добавить и другие овощи: нарезанную кусочками отварную капусту, вареную фасоль, спаржу и др. Вместо сметаны овощи можно залить сметанным (721) или томатным (719) соусом и тушить.

При подаче к столу рагу полить маслом. Горячее рагу подается к мясным и рыбным блюдам или как второе блюдо.

479. ФРИКАДЕЛЬКИ ОВОЩНЫЕ

5 шт. моркови, 2 репы, 8 вареных картофелин, 1 ст. ложка масла, 1 яйцо, соль, мука или мелкая крупа, 1 луковица, бульон.

Морковь и репу нарезать и отварить в мясном бульоне. Затем пропустить их вместе с вареным картофелем и луком через мясорубку. Добавить яйцо, соль, муку и замесить. Разделать шарики и варить их 10—15 минут в подсоленной воде.

Часть бульона, в котором варились фрикадельки, сгустить поджаренной на масле мукой и при подаче к столу залить им фрикадельки

480. ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ

12 картофелин, 5 шт. моркови, 1 ст. ложка муки, 1 стакан фасоли, 1 ст. ложка масла, соль и сахар, 1 ст. ложка сухарей, сметана.

Нарезанную морковь сварить в небольшом количестве воды с маслом, добавить вареную фасоль иди зеленый горошек, поджаренную на масле муку, соль, сахар и варить, пока овощи не разварятся.

Из вареного картофеля приготовить массу, как для картофельных котлет (379). В смазанную маслом и посыпанную сухарями посуду для запеканки положить слой картофельной массы, затем слой вареной моркови с фасолью, наверх снова слой картофельной массы, смазать сметаной, посыпать сухарями или натертым сыром и запекать в духовке.

К запеканке можно подать томатный соус и квашеные овощи.

ГРИБЫ

Грибы — ценный пищевой продукт. Даже небольшое количество грибов, добавленное к другим блюдам, улучшает их вкус. Грибы содержат экстрактивные вещества, которые придают им приятный вкус и аромат, передающиеся потом отвару. Поэтому они используются как для супов, так и для соусов.

Кроме экстрактивных веществ, в грибах имеются минеральные вещества и довольно много витаминов. Они содержат около 5 процентов белков и немного жиров (около 0,5 процента). Клетчатку грибов организм человека не в состоянии переварить, поэтому грибные блюда рекомендуется давать столько здоровым людям. Приготовляя грибные блюда, надо следить, чтобы среди них не было ядовитых.

Грибы употребляются в свежем, сушеном, маринованном и соленом виде.

Свежие грибы необходимо быстро употребить, так как они скоро портятся. Прежде всего грибы надо почистить, обрезать нижний конец ножки и несколько раз промыть их в холодной воде. Если грибы грязные, их следует предварительно отмочить, а затем тщательно помыть.

До варки, со шляпок некоторых грибов, например, сыроежек, удаляют кожицу, так как в ней имеются горькие, вредные вещества, а у масленок снимают находящуюся под шляпкой липкую пленку.

Промытые грибы надо мелко нарезать и 5—10 минут варить в подсоленной воде. Боровики достаточно варить 3 минуты или только ошпарить горячей водой. Обычно шляпки мелких грибов оставляют целыми, так как их используют для украшения блюд. Ножки грибов можно употреблять для приготовления фаршей и соусов.

Соленые и маринованные грибы, если они слишком солены или кислы, промывают в холодной воде.

Сушеные грибы необходимо перебрать (отбросить негодные), промыть, замочить на 1—2 часа, а затем варить.

481. ГРИБЫ СВЕЖИЕ, ТУШЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ

1 мисочка отваренных свежих грибов, 5 картофелин, 50—75 г шпика, 1 луковица, ½ стакана сметаны, соль.

Очищенные и отваренные в подсоленной воде грибы положить в кастрюлю, добавить часть поджаренного с луком шпика и поджарить вместе, затем залить грибным отваром и тушить. В середине тушения добавить нарезанный сырой или поджаренный картофель. При подаче к столу добавить поджаренный с луком шпик, сметану и соли по вкусу.

482. ГРИБЫ, ТУШЕННЫЕ СО ШПИКОМ И СМЕТАНОЙ

1 мисочка отваренных грибов, 75 г шпика или сала, 1 ст. ложка муки, 1 луковица, соль, ½ стакана сметаны.

Очищенные, промытые и отваренные грибы положить в кастрюлю, добавить сало, обжарить, добавить муку, влить грибной отвар и тушить в закрытой посуде. Под конец добавить поджаренный с луком шпик, сметану и соли по вкусу.

483. СМОРЧКИ ТУШЕНЫЕ

0,5 кг сморчков, 1 ст. ложка масла, 1 ст. .ложка муки, ½ стакана сметаны, соль.

Сморчки замочить на 1 час в холодной воде, чтобы отмокла приставшая к ним земля, затем хорошо промыть и 10—15 минут варить в подсоленной воде, чтобы устранить вредные вещества. Отвар вылить (употреблять нельзя).

Отваренные грибы выбрать шумовкой, промыть и положить в кастрюлю, добавить масло и поджарить. Затем посыпать мукой, добавить воду, сметану и тушить.

Подать с отварным картофелем или картофельным пюре.

484. СУШЕНЫЕ ГРИБЫ, ТУШЕННЫЕ С ЛУКОМ

20 сушеных боровиков, 6 луковиц, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка муки, 3 ст. ложки сметаны, молотый перец, соль.

Грибы перебрать, промыть и отварить. Затем еще раз промыть и нарезать продолговатыми полосками.

На сковороде поджарить лук с маслом, добавить посыпанные мукой грибы, обжарить. Добавить грибной отвар, сметану, соль, перец и тушить.

Подать с картофельным пюре или жареным картофелем.

485. БОРОВИКИ ЖАРЕНЫЕ

1 мисочка очищенных боровиков, ½ стакана муки, 1 ст. ложка масла или сала, ½ стакана сметаны, соль, 1 луковица.

Жарить лучше всего шляпки боровиков. Очищенные шляпки промыть, нарезать крупными ломтиками (мелкие шляпки не разрезать) и варить 5 минут в подсоленной воде. Выбрать шляпки шумовкой и дать стечь воде, затем обвалять их в муке и жарить на масле или на сале пока они не зарумянятся. Потом добавить поджаренный на масле лук, залить сметаной и, подогревая, довести до кипения.

Отваренные шляпки боровиков можно смочить взбитым яйцом, обвалять в сухарях, обжарить на масле, затем поставить в духовку и дожарить. При подаче к столу полить растопленным маслом.

Подать с картофельным пюре или жареным картофелем.

486. РЫЖИКИ ЖАРЕНЫЕ

1 мисочка очищенных шляпок рыжиков, 1 ст. ложка сливочного или растительного масла, 1 луковица, соль.

Очищенные шляпки рыжиков хорошо промыть, отварить 10 минут в подсоленной воде, выбрать шумовкой и дать стечь. Затем жарить их (пока не зарумянятся) на хорошо разогретом растительном или сливочном масле. Потом прибавить поджаренный на жире лук. При подаче к столу грибы можно заправить сметаной. К ним подается картофельное пюре.

Точно так же можно жарить и другие грибы.

487. КОТЛЕТЫ ИЗ СВЕЖИХ ГРИБОВ

1 мисочка отваренных свежих грибов, 1 ст. ложка муки, 1—2 яйца, 50 г шпика, соль, 1 стакан сухарей, 1 ст. ложка сливочного или растительного масла для жаренья, 1 луковица.

Очищенные и отваренные в подсоленной воде грибы порубить, положить в кастрюлю, посыпать мукой и вместе с луком поджарить на растительном или сливочном масле. Затем влить в них грибной отвар и тушить , пока грибы не станут мягкими. Снять с огня кастрюлю, охладить массу, добавить мелко нарезанный шпик, яйца, сухари и разделать котлеты. Обвалять их в сухарях и жарить на растительном или сливочном масле.

К грибным котлетам подать луковый (713) или сметанный (721) соус и картофельное пюре или кашу из ячневой крупы.

488. ГРИБЫ СОЛЕНЫЕ, ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ

1 мисочка соленых грибов, 6 картофелин, 2 луковицы, 2 шт. моркови, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки томатного пюре, 1—2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка масла, соль, перец.

Соленые грибы замочить в воде, затем поджарить на масле. Добавить обжаренный лук, морковь, петрушку, жареный картофель, томатное пюре, сметану, соль, перец и все тушить 10—15 минут.

489. ГРИБЫ СОЛЕНЫЕ, ПОДЖАРЕННЫЕ НА РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛЕ, С КАРТОФЕЛЕМ

1 мисочка соленых грибов, 1—2 луковицы, ½ стакана растительного масла, 1 кг горячего вареного картофеля.

Соленые грибы замочить в воде, затем вынуть их шумовкой и дать истечь воде; добавить лук и поджарить на растительном масле на сковороде.

Подается с горячим вареным картофелем.

490. ГРИБЫ МАРИНОВАННЫЕ ИЛИ СОЛЕНЫЕ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ И КАРТОФЕЛЕМ

1 мисочка маринованных или соленых грибов, 1—2 луковицы, ½ стакана растительного масла, 1 кг горячего вареного картофеля.

Выбрать грибы из маринада, добавить мелко нарезанный лук, перемешать и залить растительным маслом или сметаной, подать к столу с горячим картофелем.

Соленые грибы, если они слишком солены, замочить в холодной кипяченой воде, выбрать шумовкой и дать стечь воде; затем добавить лук, растительное масло и подать к столу поджаренными или в холодном виде вместе с горячим картофелем.

491. ГРИБЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ

1 мисочка очищенных грибов, 1 ст. ложка масла или сала, 1 ст. ложка муки, 1—2 яйца, 2 ст. ложки молока или сметаны, ½ стакана сухарей, молотый перец, соль, 1 луковица.

Масленки или подберезовики очистить, промыть, разрезать на части и в течение 5 минут варить в подсоленной воде. Выбрать шумовкой и дать стечь воде, затем порубить, посыпать мукой и вместе с мелко нарезанным луком поджарить на жире. Добавить яйца, взбитые с молоком или сметаной, сухари, соль, перец, все перемешать и выложить в смазанный маслом и посыпанный сухарями противень. Сверху полить жиром и запечь.

При подаче к столу запеканку разрезать на куски. Подается с томатным (719) или сметанным (721) соусом.

492. ЗАПЕКАНКА ИЗ ГРИБОВ С ХЛЕБОМ

1 мисочка отваренных грибов, 1 ст. ложка сала или масла, 1 луковица, 1 стакан черных хлебных крошек, 1 — 1½ стакана сметанного соуса.

Лук, хлебные крошки и отваренные грибы поджарить в отдельности на жире. В подготовленный противень или миску класть слоями хлебные крошки и посыпанные луком грибы. Верхний слой должен быть из грибов. Все это залить сметанным соусом (721), добавив к нему сырое яйцо (не обязательно), или же сметаной и запечь в духовке.

К столу подать в той же посуде, в которой пеклась запеканка.

Подобным же образом можно сделать запеканку, добавив к грибам ломтики поджаренного шпика.

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Из муки приготовляют различные вторые блюда. Мука должна быть высококачественной, сухой, просеянной. Если мука приготовлена из проросших зерен, то мучные блюда имеют плохой вид, расплываются. В блюда, приготовляемые из муки низшего качества (когда в процессе работы тесто расплывается), необходимо добавлять яйца, так как они придают тесту упругость.

Из муки делают разные оладьи и блины, лапшу, клецки, вареники и другие блюда.

Некоторые мучные изделия подаются как второе или как сладкое блюдо. Поэтому одни мучные блюда описываются в разделе вторых блюд, а другие — в разделе сладких мучных блюд.

Все мучные блюда обязательно подаются тотчас после приготовления, так как они скоро приобретают некрасивый вид и плохой вкус.

ОЛАДЬИ

493. ОЛАДЬИ НА ПРОСТОКВАШЕ

2 стакана муки, 1 стакан простокваши, ½ ст. ложки сахара, 1 яйцо, соль, жир для жаренья.

Растереть желток с сахаром и солью, влить простоквашу и, растирая, понемногу добавлять просеянную пшеничную муку. Хорошо растереть, ввести взбитый белок, перемешать и поджарить небольшие оладьи на сковороде с хорошо разогретым жиром.

К столу подать со сметаной, маслом или сахаром.

494. ОЛАДЬИ НА ОПАРЕ

1 литр хлебной опары, 2 яйца, 1 стакан пшеничной муки, соль, ½ стакана сметаны, жир для жаренья.

В один литр закисшей хлебной опары положить взбитые яйца, соль, сметану и, взбивая, всыпать понемногу пшеничную муку. Если опара густая, можно всыпать неполный стакан пшеничной муки. Выбитое тесто должно быть гуще, чем тесто для обыкновенных оладий.

На сковороду с хорошо разогретым жиром класть по ложке теста: оладьи поджарить с обеих сторон.

К столу подать со сметаной, шкварками, сахаром или с вареньем.

495. ОЛАДЬИ НА ОПАРЕ С ТЕРТЫМ КАРТОФЕЛЕМ

1 кг картофеля, ½ литра хлебной опары, соль, 1 стакан молока, 1 ст. ложка сахара, пшеничная мука, жир для жаренья.

Очистить, вымыть и натереть картофель, добавить опару, сахар, соль и молоко. Хорошо перемешать и понемногу всыпать пшеничную муку, пока тесто не станет гуще, чем для обыкновенных оладий. Жарить на сковороде с хорошо разогретым жиром. Горячие оладьи подают к столу со сметаной или сахаром.

496. ОЛАДЬИ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ МУКИ

2 стакана гречневой муки, 2 стакана пшеничной муки, 1 стакан воды, 2—3 стакана молока, 3 ст. ложки масла, 3 яйца, 15 г дрожжей, соль, немного сахара, жир для жаренья.

Один стакан гречневой муки заварить стаканом кипятка и хорошо растереть. Когда тесто остынет, добавить стакан пшеничной муки, стакан молока и растертые с сахаром дрожжи. Выбитое тесто поставить в теплое место, чтобы оно поднялась. В хорошо растертое масло положить желтки, сахар и растирать до образования пышной массы. Когда тесто достаточно поднимется, добавить в него растертое с желтками масло, соль, подогретое остальное молоко, остаток муки, хорошо перемешать и дать тесту вторично подняться. Когда тесто подойдет во второй раз, ввести взбитые белки, осторожно перемешать и жарить оладьи на сковороде с хорошо разогретым жиром. Затем выложить оладьи в кастрюлю, накрыть крышкой и поставить ненадолго в духовку.

Эти оладьи подают со сметаной.

497. ОЛАДЬИ С СЫРОМ

2 яйца, 1—2 стакана молока, соль, 2—2½ стакана муки, 250 г сыра, масло, жир для жаренья.

Желтки растереть с солью и, помешивая, прибавить молоко и муку. В хорошо выбитое тесто ввести взбитые белки и осторожно перемешать. Тесто должно быть густым, как сметана.

Сыр нарезать тонкими квадратными кусочками. В разогретый жир класть по ложке теста, а сверху — по кусочку сыра. Поджарить оладьи с обеих сторон.

При подаче к столу оладьи полить растопленным маслом.

СКРИЛЯЙ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

498. СКРИЛЯЙ ОТВАРНЫЕ

500 г пшеничной муки, 2 яйца, соль, немного воды.

Замесить тесто из муки, яиц, соли и воды. Хорошо вымесив, тонко раскатать тесто, нарезать квадратиками 3 х 3 см, посыпать мукой, чтобы они не склеились, выложить в подсоленный кипяток и немного поварить.

Отваренные и выбранные шумовкой скриляй полить шкваркам и со сметаной или растопленным маслом и подать к столу.

499. ЗАПЕКАНКА ИЗ СКРИЛЯЙ С ВЕТЧИНОЙ

500 г ветчины, скриляй из 500 г муки, лук, масло.

Для лукового соуса: 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка муки, 3 луковицы, ½ стакана сметаны, 10 г сахара, соль, уксус по вкусу, бульон.

Приготовить скриляй и отварить их (498). Выбрать шумовкой и облить холодной водой, чтобы они не склеивались.

500 г ветчины нарезать тонкими продолговатыми кусочками, поджарить с луком на масле и уложить в смазанную маслом посуду ряд скриляй, затем ряд ветчины и т. д. Сверху дол жен быть ряд скриляй.

Полить маслом и запекать около часа. Запеканку подать к столу в той же посуде. К ней подают луковый соус.

Муку для соуса поджарить на масле, добавить нарезанный лук, бульон, сметану, соль, сахар, уксус и варить 10 минут.

500. ЗАПЕКАНКА ИЗ СКРИЛЯЙ С ВАРЕНЫМ МЯСОМ

Д л я ф а р ш а: 400 г вареного мяса, 1 ст. ложка масла, 2 луковицы, бульон, 2 яйца, перец, 1 ст. ложка сметаны.

Приготовить скриляй из 500 г муки (498) и отварить их. Затем сделать фарш из вареного мяса.

К пропущенному через мясорубку вареному мясу добавить поджаренный на масле лук, снова пропустить через мясорубку, добавить молотый перец, бульон, сметану, растертые желтки, взбитые белки, хорошо перемешать. В смазанную маслом посуду класть ряд вареных скриляй, ряд мясного фарша и т. д.

Сверху полить маслом и запекать в духовке.

К столу подать с луковым (713) соусом.

СКРИЛЯЙ ЖАРЕНЫЕ

Приготовленное для скриляй тесто раскатать и нарезать квадратиками величиной 5 х 5 см. С обеих сторон поджарить их на сковороде с хорошо разогретым маслом или салом. При подаче к столу полить маслом или сметаной.

501. ЗАПЕКАНКА ИЗ СКРИЛЯЙ С СЫРОМ

Для скриляй: 2 стакана муки. ½ стакана воды, 1—2 яйца, соль.

Для запеканки: 1 ст. ложка масла, 2 яйца, 200 г сыра, ½ стакана сметаны.

Из муки, воды, яиц и соли замесить тесто и приготовить скриляй (498). Отваренные скриляй положить в холодную воду, затем откинуть на дуршлаг и дать стечь воде.

Натереть сыр литовский или голландский. В отваренные скриляй добавить натертый сыр, растертые желтки, взбитые белки и все перемешать. Выложить в смазанную маслом посуду, полить маслом и запекать в духовке.

К столу запеканку подать в той же посуде, в которой она запекалась.

Подать со сметаной или со сметаной, смешанной с растопленным маслом.

502. КЛЕЦКИ

2 яйца, 1 стакан муки, молоко, соль, 1 ст. ложки масла.

Растереть масло, добавить яичные желтки, муку, молоко и все хорошо растереть. Затем ввести взбитые яичные белки и осторожно перемешать. Тесто должно быть такой густоты, как сметана.

Ложкой, смоченной в воде, опускать кусочки теста в подсоленный кипяток. Когда клецки в сплывут, вынуть их шумовкой. При подаче к столу полить растопленным сливочным маслом или сметаной.

В тесто для клецок можно добавить натертый сыр или очищенный крыжовник. При приготовлении клецок с крыжовником в тесто надо добавить 1 столовую ложку сахара.

503. ФРИКАДЕЛЬКИ С ВЕТЧИНОЙ

1 ст. ложка масла, 2 яйца, 2 стакана муки, соль, 200 г копченой ветчины, 2 ломтика булки.

В хорошо растертое масло положить желтки, соль, муку и хорошо перемешать. Затем добавить взбитые белки, натертую булку, нарезанную мелкими кусочками сваренную копченую ветчину, все перемешать, разделать фрикадельки (шарики) и варить в подсоленной воде. Готовые фрикадельки вынуть шумовкой. При подаче к столу полить сливочным маслом или сметаной.

504. ШИШКУТЕС (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

3—4 стакана муки, вода, соль.

Из муки, воды и соли замесить некрутое тесто, раскатать валики толщиной с палец, разрезать их на кусочки длиной 3 см, обвалять в муке, чтобы они не склеивались. Каждый кусочек теста прижать пальцем к оборотной стороне терки, чтобы на нем отпечатался узор, как на еловой шишке.

Положить шишкутес в подсоленный кипяток и отварить их. Готовые изделия вынуть шумовкой из воды. При подаче к столу полить растопленным маслом или подливкой из поджаренного шпика.

Шпик для подливки нарезать маленькими квадратиками, поджарить с нарезанным луком, добавить сметану, немного поварить и залить шишкутес.

ПЕЛЬМЕНИ

Пельмени можно делать из разной муки.

Из муки крупного помола пельмени делают большей величины. Кроме того, величина пельменей зависит и от начинки. С фаршем из говядины и свинины пельмени делают обычно маленькие, а с иным фаршем они могут быть большей величины.

505. ПЕЛЬМЕНИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (КОЛДУНЫ)

2 стакана муки, ½—1 яйцо, соль, ½ стакана воды.

Д л я ф а р ш а: 300 г говядины, 200 г говяжьего жира, 1 луковица, 2 ст. ложки бульона, 5 г соли, перец, немного сахара, 1 г майорана.

Из муки, воды, яйца и соли замесить некрутое тесто и вынести на полчаса в холодное место, чтобы оно застыло.

Мясо (очищенное от пленок) пропустить через мясорубку вместе с луком. Жир мелко настрогать ножом. В молотое мясо положить настроганный жир, соль, молотый перец, сахар, майоран, бульон, хорошо перемешать и сделать маленькие шарики.

На посыпанной мукой доске раскатать тонким моем тесто. Несколько отступив от края, класть на тесто шарики из мяса, затем край теста загнуть и специальной зубчатой выемкой или стаканчиком вырезать пельмени.

Края пельменей защипать и положить их рядами на посыпанную мукой доску. Загибая тесто вокруг мясных шариков, можно смазать его яичным белком, чтобы пельмени при варке не раскрылись.

Пельмени варят в подсоленной воде 5—10 минут. Когда они всплывут на поверхность бульона, вынуть их шумовкой, положить в нагретую глубокую тарелку и залить полностью бульоном, в котором они варились, или же полить растопленным маслом.

506. ПЕЛЬМЕНИ С ФАРШЕМ ИЗ ВАРЕНОГО МЯСА

Приготовить тесто для пельменей (505).

Д л я ф а р ш а: 400 г вареного мяса, 100 г шпика, 1 ст. ложка белых сухарей, соль, перец, 1 луковица, зелень петрушки, масло, бульон.

К пропущенному через мясорубку вареному мясу добавить мелко нарезанный шпик, поджаренный на маме лук, нарезанную зелень петрушки, молотый перец, соль, белые сухари, бульон и хорошо перемешать. Затем скатать из мяса небольшие шарики, положить на раскатанное тесто, вырезать формочкой пельмени и сварить.

При подаче к столу пельмени полить маслом или шкварками из шпика.

507. ПЕЛЬМЕНИ С ФАРШЕМ ИЗ ЛЕГКИХ

Приготовить тесто для пельменей (505).

Для фарша: 1 телячьи легкие или ½ легких свиньи, 100 г свиного сала, 1 луковица, молотый перец, соль, зелень петрушки.

Телячьи или свиные легкие положить на несколько часов в холодную воду. Затем снять пленки, удалить жилы и легкие отварить. Отваренные легкие мелко нарезать. Поджарить мелко нарезанное свежее свиное сало с нарезанным луком. Когда лук зарумянится, положить нарезанные легкие и недолго жарить вместе с луком.

В обжаренный фарш добавить перец, соль и нарезанную зелень петрушки, хорошо перемешать, сделать пельмени и сварить их.

При подаче к стол у пельмени полить маслом и шкварками.

508. ПЕЛЬМЕНИ С ФАРШЕМ ИЗ ГОВЯДИНЫ

2 стакана муки, ½—1 яйцо, соль, вода.

Д л я ф а р ш а: 250 г говядины, 250 г свинины, 1 луковица, соль, перец, 2 ст. ложки бульона.

Эти пельмени приготовляют так же, как пельмени из говядины (505).

509. ПЕЛЬМЕНИ С ФАРШЕМ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ И СЕЛЬДИ

2 стакана муки, 1 яйцо, соль, вода.

Для фарша: 300 г телятины, 1 сельдь, 1 луковица, 1 ст. ложка масла, перец, соль.

Из муки, воды и соли замесить тесто.

Очистить телятину от пленок. Мясо пропустить через мясорубку, добавить мелко нарезанный и поджаренный на масле лук, очищенную, вымоченную и порубленную сельдь (без костей), хорошо перемешать (фарш можно немного поджарить), сделать пельмени и сварить в подсоленной воде.

При подаче к столу пельмени полить маслом.

510. ПЕЛЬМЕНИ С ГРИБНЫМ ФАРШЕМ

2 стакана муки, 1 яйцо, соль, вода.

Для фарша: 200 г сушеных грибов, 3 луковицы, ½ ст. ложки масла, соль, перец, вода.

Из муки, яйца, воды и соли замесить тесто и раскатать.

Промытые грибы отварить в подсоленной воде и мелко порубить. Мелко нарезанный лук обжарить на масле, добавить грибы, перец и еще немного поджарить.

Приготовленный таким образом фарш разложить на раскатанное тесто, вырезать формочкой пельмени, края хорошо защипать или завернуть. Сварить в подсоленной воде. Выбрав шумовкой пельмени, сразу залить их растопленным маслом и подать к столу.

511. ПЕЛЬМЕНИ С ФАРШЕМ ИЗ ГРИБОВ И ВЕТЧИНЫ

Приготовить тесто так же, как для прочих пельменей (505).

Для фарша: 200 г сушеных грибов, 100 г копченой ветчины, 2 луковицы, перец, соль, ½ ст. ложки масла.

Промытые грибы отварить в подсоленной воде, выбрать из воды и порубить. Нарезанный лук обжарить на масле, добавить грибы, мелко нарезанную ветчину, перец, соль и еще немного поджарить. Затем сделать пельмени, сварить их и подать с маслом.

512. ПЕЛЬМЕНИ С КАПУСТНЫМ ФАРШЕМ

2 стакана муки, ½—1 яйцо, вода, соль.

Для фарша: 1 литр квашеной капусты, 2 луковицы, 1 ст. ложка сала или масла.

Положить в кастрюлю капусту, поджаренный лук, влить немного воды, добавить сало или масло, закрыть кастрюлю и тушить, пока капуста не станет мягкой. К капусте можно прибавить мелко нарезанные отваренные сушеные грибы или нарубленные крутые яйца. Замесить некрутое тесто и раскатать. Тушеную капусту охладить, сделать пельмени и сварить. Готовые пельмени полить маслом или шкварками из шпика с луком.

513. ПЕЛЬМЕНИ С ФАРШЕМ ИЗ МЯСА И КАПУСТЫ

Приготовить тесто так же, как для прочих пельменей (505).

Для фарша: 200 г свинины или говядины. ½ качана свежей капусты, 2 луковицы, соль, перец, ½ яйца для смазывания теста, 1 ст. ложка масла.

Нарезанную небольшими квадратиками свежую капусту тушить в небольшом количестве воды с жиром. В пропущенное через мясорубку добавить соль, перец, тушеную капусту, поджаренный на масле лук, перемешать и сделать пельмени.

Для этих пельменей можно использовать любое вареное мясо. Его надо мелко порубить, добавить тушеную свежую или квашеную капусту поджаренный на масле лук, хорошо перемешать. Класть на тесто по ложке фарша и сделать пельмени.

Пельмени сварить и выбрать шумовкой, затем полить маслом или мелко нарезанным шпиком, поджаренным с луком.

514. ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ

Приготовить тесто так же, как для пельменей (505).

Д л я н а ч ин к и: 500 г творога, 25 г сахара., 1 яйцо, соль.

В хорошо растертый творог добавить соль, сахар, яйцо и хорошо перемешать.

На раскатанное тесто класть по чайной ложке творожного фарша, сделать вареники (как пельмени) и отварить в подсоленной воде.

Когда вареники всплывут на поверхность, выбрать их шумовкой. При подаче на стол полить растопленным маслом

515. ВАРЕНИКИ С ЯЙЦАМИ

Приготовить тесто так же, как для пельменей (505).

Д л я н а ч и н к и: 3 крутых яйца, 250 г шпика, перец, соль, 1 луковица, 1 ст. ложка сметаны, 1 чайная ложка масла.

Крутые яйца очистить, порубить. Добавить половину порции мелко нарезанного шпика, пряности, поджаренный на масле лук, хорошо перемешать, сделать вареники и отварить.

Поджарить остальной шпик с луком, добавить ложку сметаны и залить сваренные вареники.

516. ВИРГИНЯЙ — ВАРЕНИКИ С ТЕРТЫМ КАРТОФЕЛЕМ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

Приготовить тесто так же, как для пельменей (505).

Д л я н а ч и н к и: 8 картофелин, 100 г шпика, перец, 1 луковица, соль, 1 чайная ложка масла.

Очищенный и вымытый картофель натереть, слить воду, добавить мелко нарезанный шпик, поджаренный на масле лук, пряности и перемешать. Кусочки фарша положить на раскатанное тесто и сделать вареники. Края тщательно защипать, так как эти вареники нужно дольше варить.

Поджарить на сковороде шпик, добавить сметану и полить сваренные вареники.

Примечание: Картофельную начинку можно недолго тушить на сковороде или же не тушить.

517. ШАЛТОНОСЯЙ — ВАРЕНИКИ С ЧЕРНИКОЙ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЮДО)

2 стакана муки, ½—1 яйцо, 1 чайная ложка сахара, вода, соль.

Д л я н а ч и н к и: 500 г черники, 2 ст. ложки сахара, корица.

Замесить тесто и тонко раскатать его. Перебранную чернику смешать с сахаром и корицей и класть по ложке на раскатанное тесто. Края теста смазать белком, загнуть и стаканом вырезать вареники. Края хорошо защипать или завернуть, варить вареники в слегка подсоленой воде.

Готовые вареники выбрать шумовкой, полить сметаной и посыпать сахаром. Подать в горячем виде.

Вареники можно подавать и холодными. В этом случае выбранные шумовкой вареники выкладывают на доску, распределяя так, чтобы он и не склеились, а затем дают им остыть. При подаче к столу залить холодным сметанным соусом (685) или сметаной, взбитой с сахаром. Соус подают в соуснике.

При отсутствии свежей черники можно употреблять черничное варенье или повидло.

518. ВАРЕНИКИ С ВИШНЯМИ ИЛИ С ЯБЛОКАМИ

Тесто такое же, как для вареников с черникой (517).

Д л я н а ч и н к и: 1 литр вишен, 1 стакан сахара.

Вишни перебрать, промыть и вынуть косточки. Засыпать вишни сахаром и оставить на несколько часов, чтобы выделился сок.Тесто раскатать в тонкий пласт, положить на него выбранные из сока вишни, края теста смазать белком и сделать вареники. Варить их в слегка подсоленной воде, затем выбрать шумовкой и подать со сливками, взбитыми с сахаром.

Вишневый сок подают отдельно.

Вареники можно также начинять свежими яблоками. Очищенные от кожуры и сердцевины кисло-сладкие яблоки мелко нарезать, посыпать сахаром с корицей и сделать вареники. При подаче к столу полить сметаной.

519. БЛИНЧИКИ С ТВОРОГОМ

1 стакан муки, 2 стакана молока или воды, 1 яйцо, ½ ст. ложки сахара, соль, свиное сало для жаренья.

Для начинки: 400 г творога, 1 ст. ложка сахара, 1 яйцо, ваниль, стакана сметаны и масло для подливки, соль.

Растереть яйцо с солью и с сахаром, влить полстакана молока или воды, добавить просеянную муку, хорошо перемешать, чтобы не осталось комков, затем, помешивая, влить остальное молоко.

Сковороду хорошо нагреть, смазать салом, налить тесто в таком количестве, чтобы оно покрыло сковороду тонким слоем. Блинчики обжарить с одной или с обеих сторон.

В хорошо растертый творог добавить сахар, соль, ваниль, яйцо и хорошо перемешать. На каждый блинчик положить по 1 столовой ложке творога, слегка разровнять его, загнуть края и завернуть блинчики в виде конверта. Положить блинчики на сковороду с хорошо разогретым маслом и обжарить с обеих сторон. Подать со сметаной или со сметаной и сахаром.

Эти блинчики можно делать иначе. Завернув их в виде конвертов, поверхность смазывают яйцом, посыпают сухарями и поджаривают на масле.

Подается по 2 блинчика на человека. Их можно подать с вареньем.

520. БЛИНЧИКИ С МЯСОМ

Для блинчиков: 1 стакан муки, 2 стакана молока, 1 яйцо, 1 чайная ложка сахара, соль.

Для фарша: 400 г вареной говядины, свинины, телятины или крольчатины, 1 луковица, 1 яйцо, ½ ст. ложки сала, соль, перец.

Приготовить блинчики (519), но обжарить только с одной стороны.

Пропущенное через мясорубку мясо поджарить с нарезанным луком, добавить яйцо или белый соус (715), соль, перец и хорошо перемешать.

На обжаренную сторону каждого блинчика положить по столовой ложке мясного фарша, разровнять его, свернуть блинчик трубочкой, поджарить на жире до образования румяной корочки и, полив маслом, подать как второе блюдо.

521. БУЛОЧКИ ТУШЕНЫЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

1 стакан молока, 0,5 кг муки, соль, дрожжи, немного сахара, 2 ст. ложки масла, сметана.

С вечера поставить тесто на дрожжах, утром добавить муку, соль, замесить некрутое тесто и поставить в теплое место, чтобы оно поднялось. Когда тесто поднимется, раскатать его в виде валиков, нарезать кусочками, уложить на лист и дать расстояться. Затем смазать молоком с сахаром и выпекать в духовке.

Выпеченные булочки положить в миску, сбрызнуть растопленным маслом и, накрыв, подержать в духовке 10 минут.

Булочки подают к столу с растопленным маслом, смешанным со сметаной, или же с соусом из поджаренных кусочков шпика и сметаны.

522. КЛЕЦКИ ИЗ ХЛЕБНОГО ТЕСТА

1 кг замешенного хлебного теста, 150 г шпика, ½ стакана сметаны, 2 луковицы, соль.

Смоченной в воде ложкой брать замешенное хлебное тесто и опускать клецки в кипящую подсоленную воду. Как только клецки сварятся, вынуть их шумовкой и сразу залить соусом.

Нарезанный маленькими кусочками шпик поджарить с мелко нарезанным луком, добавить сметану и разогреть.

При подаче к столу горячие клецки полить этим соусом или растопленным маслом.

БЛЮДА ИЗ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

Макароны бывают нескольких видов: трубчатые, ракушки, лапша, вермишель и др. При приготовлении из макарон разных вторых блюд их прежде всего надо отварить в кипящей подсоленной воде. Крупные макароны варят 30 минут, лапшу — 15-20 минут, а вермишель — 5— 10 минут.

Сваренные макароны откидывают на дуршлаг и дают стечь воде. Затем макароны кладут в посуду, поливают растопленным маслом и перемешивают, чтобы они не склеивались. Отвар от макарон можно использовать для приготовления супов и соусов.

Отваренные макароны можно подать к столу с маслом, сметаной, томатным пюре, с маслом и с сыром, к мясным блюдам.

Кроме того, из макарон делают разные запеканки с сыром, яйцами, томатным пюре, мясом и др.

Вареные макароны подают на подогретой тарелке или на блюде, а запеканки из макарон — в той же посуде, в которой их запекали.

523. МАКАРОНЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ

400 г макарон, 100 г голландского или белого литовского сыра, 75 г масла, соль.

Отваренные в подсоленной воде макароны откинуть на дуршлаг, затем положить в нагретое блюдо, полить растопленным маслом, посыпать натертым сыром и подать к столу.

524. МАКАРОНЫ С ГРИБАМИ

400 г макарон, 50 г сушеных грибов, 2 небольшие луковицы, 1½ ст. ложки сливочного или подсолнечного масла.

Промытые сушеные грибы сварить, выбрать шумовкой, затем нарезать тонкими полосками. Мелко нарезанный лук поджарить на сливочном или растительном масле, добавить нарезанные грибы и тушить 5— 10 минут. Тушеные грибы перемешать с вареными макаронами и полить небольшим количеством грибного отвара. Посолить и подать к столу.

525. МАКАРОНЫ С ТОМАТНЫМ ПЮРЕ

400 г макарон, 6 ст. ложек томатного пюре, ½ ст. ложки масла, перец, зелень петрушки, соль.

С отваренных макарон слить воду. Вскипятить томатное пюре, добавить в него масло, перец, немного подогреть и залить им отваренные макароны. Положить на блюдо, посыпать нарезанной зеленью петрушки и подать на стол.

526. МАКАРОНЫ С ТВОРОГОМ

400 г макарон, 400 г творога, 1 ст. ложка масла, соль.

Сварить макароны, дать стечь воде, полить их растопленным маслом, перемешать с растертым творогом и выложить на блюдо.

527. МАКАРОНЫ С ОВОЩАМИ

400 г макарон, 2 небольшие моркови, 1 луковица. 1 петрушка, 3 ст. ложки томатного пюре, ½ ст. ложки масла, соль.

Очищенные и промытые овощи нарезать продольными тонкими полосками, немного посолить и обжарить на масле. Затем добавить томатное пюре и тушить, пока овощи не станут мягкими. Отварить макароны, дать стечь воде, затем перемешать их с тушеными овощами. При подаче к столу макароны посыпать зеленью петрушки.

528. МАКАРОНЫ С ГРИБАМИ И ГОВЯДИНОЙ

400 г макарон, 300 г грибов, 160 г вареной говядины, 1 луковица, 3 ст. ложки томатного пюре, 1½ ст. ложки масла, перец, зелень петрушки, соль.

Отварить грибы, слить воду, затем нарезать их продолговатыми полосками. Вареную говядину также нарезать полосками и смешать с грибами. Нарезанный лук поджарить на масле, положить грибы с мясом, еще немного поджарить, добавить томатное пюре, перец, соль и тушить 5—8 минут.

Отварить макароны, дать стечь воде, затем перемешать их с тушеными грибами и мясом, положить на блюдо и посыпать зеленью петрушки.

529. ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С СЫРОМ

500 г макарон, 3 яйца, ½ стакана сметаны, 1½ ст. ложки масла, 100 г голландского или сушеного литовского сыра.

Отварить макароны, откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, добавить масло и перемешать. Желтки растереть с солью смешать со сметаной, добавить натертый сыр и все перемешать с вареными макаронами. Затем ввести взбитые белки и осторожно перемешать. Посуду для запеканки смазать маслом, посыпать сухарями, выложить в нее подготовленную массу, сверху смазать яйцом, взбитым с молоком или со сливками, обсыпать сухарями и запечь в духовке до образования румяной корочки. При подаче к столу запеканку полить маслом.

Вместо сметаны можно взять молоко. Тогда все яйца надо растереть с солью, разбавить молоком, добавить натертый сыр, перемешать со сваренными макаронами и запечь.

530. ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ЯЙЦАМИ

400 г макарон, 3—4 яйца, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка сахара.

Отварить макароны, откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Выложить макароны в противень, добавить масло и перемешать. Яйца растереть с сахаром и залить ими макароны. Запекать в духовке до образования румяной корочки.

531. ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ПОМИДОРАМИ

400 г макарон, 1 ст. ложка масла, 100 г сыра, 2 ст. ложки томатного пюре, ½ стакана сметаны, соль.

Отварить макароны, откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Добавить к ним масло, натертый сыр, сметану, томатное пюре, перемешать, выложить в подготовленный противень и запекать в духовке. При подаче к столу запеканку полить растопленным маслом.

532. ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ

400 г макарон, 500 г творога, 2—3 яйца, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка масла, 2 ст. ложки сметаны.

Отварить макароны и слить воду. Добавить к ним масло и перемешать. Когда макароны остынут, добавить взбитое яйцо.

Творог хорошо растереть, добавить сахар, яйцо, сметану и перемешать. В подготовленный противень положить ряд макарон, ряд творога и т.д. Верхний ряд должен быть из макарон. Сверху смазать взбитым со сметаной яйцом, сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

К столу запеканку подают в посуде, в которой она запекалась. Запеканку поливают маслом или отдельно подают сметану.

533. ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С МЯСОМ, ВЕТЧИНОЙ ИЛИ ГРИБАМИ

400 г макарон, 250 г вареного мяса, 1 яйцо, соль, 1 ст. ложка сухарей, 1 ст. ложка масла, перец, 1 луковица.

Отварить в подсоленной воде макароны, слить воду, дать остыть, прибавить яйцо и перемешать.

Вареную говядину, свинину, баранину или другое мясо пропустить через мясорубку, поджарить с луком и жиром, всыпать перец, соль и перемешать.

В противень положить ряд макарон, затем ряд вареного мяса и т.д. Сверху сбрызнуть жиром и запекать в духовке.

Вместо мяса можно взять мелконарезанную копченую ветчину или отваренные и поджаренные с луком грибы.

Подать с маслом или томатным соусом (719).

534. ЛАПША

3 стакана муки, 1 яйцо, соль, вода.

В просеянную муку добавить соль, яйцо, немного воды и замесить крутое тесто. Посыпать доску мукой, раскатать тесто в пласт толщиной 1 мм, подсушить, сложить в несколько раз или разрезать на полосы, а затем мелко нашинковать.

Лапшу можно сделать про запас, высушить ее и хранить в сухом месте. В таком случае можно в тесто не лить воды, а сделать лапшу только из муки, яиц или молозива и соли. Приготовленную лапшу сушить при температуре 40—50°.

Лапшу, как и макароны, употребляют в супы, как гарнир к мясу или как отдельное второе блюдо со сметаной или растопленным маслом.

535. ЛАПША С МАКОМ

400 г лапши, 1½ ст. ложки масла, 50 г мака, 3 ст.ложки сахара.

Промытый мак залить кипятком и оставить, чтобы он набух. Затем процедить сквозь густую сетку, обсушить на чистом полотенце, пропустить через мясорубку или растереть и смешать с сахаром.

Отварить лапшу, слить воду. Залить лапшу растопленным маслом и перемешать, затем подогреть, смешать ее с маком, положить на нагретое блюдо и посыпать сахаром.

536. ЛАПША С МЕДОМ

400 г лапши, 125 г меда, 1½ ст. ложки масла, 50 г орехов.

Лапшу отварить в слегка подсоленной воде, слить воду. Перемешать лапшу с растопленным маслом, добавить вылущенные и измельченные орехи, растопленный мед, перемешать, выложить в нагретую глубокую тарелку и подать на стол.

БЛЮДА ИЗ КРУП

Разные крупы — пшеничная, овсяная, ячневая, гречневая, пшенная, рис и другие — очень питательны, так как в них содержится довольно большое количество белка. Например, овсяная крупа содержит 16,3 процента белка, манная — 12,7 процента, пшенная — 12 процентов. Кроме того, в крупах имеется от 69 до 88 процентов крахмала и от 0,5 до 8,6 процента жиров.

Из пшеницы вырабатывают манную и пшеничную крупу. Манная крупа имеет вид мелких крупинок. Она бывает нескольких сортов. Лучшей считается рассыпчатая белая крупа с желтоватым оттенком. Манная крупа быстро разваривается, имеет хороший вкус и легко усваивается организмом. Она пригодна для детей, стариков и в качестве диетической пищи. Из пшеницы вырабатывается также крупная и дробленная пшеничная крупа.

Из ячменя вырабатывается обыкновенная ячневая крупа и перловая крупа. Ячневая крупа вырабатывается из раздробленного зерна ячменя без верхней оболочки. Перловая крупа хорошо обточена, она бывает крупная и мелкая. Ячневую и перловую крупу надо долго варить.

Из овса вырабатывают крупу трех сортов: крупную, мелкую и хлопья (расплющенные зерна овса) Овсяная крупа легко переварима и применяется для изготовления диетических блюд. Овсяную крупу долго хранить нельзя, так как из-за содержащихся в ней жиров она быстро становится прогорклой.

Из зерен гречихи вырабатывается цельная крупа (ядрица) и мелкая крупа. Гречневая крупа долго варится и упревает.

Рисовая крупа вырабатывается из рисовых зерен. Она богата крахмалом. Рисовая крупа бывает полированная, шлифованная, глазированная и дробленная.

Пшенная крупа вырабатывается из проса. Пшенная крупа бывает нескольких видов: со стертой оболочкой, обточенная, раздробленная. Наилучшим вкусом отличается обточенная крупа. Пшено имеет специфический немного горьковатый привкус.

Кукурузная крупа вырабатывается из кукурузных зерен. Крупа бывает трех сортов: мелкая, как манка, средняя и крупная, как рисовая крупа. В ней содержится много белка.

Крупа саго вырабатывается из картофельного или кукурузного крахмала. Она имеет форму маленьких горошин. В теплых краях крупа саго вырабатывается из крахмала саговой и других пальм.

Из крупы можно приготовить довольно много различных

блюд. В крупе содержится мало воды; поэтому для того, чтобы белки набухли, крахмал превратился в клей, а клетчатка разварилась, блюда из круп приготовляют посредством варки. При варке крупа впитывает в себя много воды и увеличивается в весе от 2 до 5 раз. Для изготовления разных блюд употребляется только вареная крупа.

До варки крупу следует просеять, а крупную — перебрать и промыть в 2—3 водах. Пшено до варки надо ошпарить, что бы исчез горьковатый привкус. Манную, гречневую, ячневую, дробленную пшеничную крупу и овсяные хлопья промывать не следует. Гречневую крупу предварительно можно обжарить, чтобы она быстрее разварилась и была рассыпчатой. Крупу высыпают на лист (можно добавить немного жира) и, помешивая, прогревают до тех пор, пока она не зарумянится.

Крупы используются для каш, запеканок, котлет и битков.

Каши приготовляются из различной крупы. Они могут быть вязкие, жидкие и рассыпчатые. Рассыпчатые каши используются как гарнир к мясным блюдам. Для рассыпчатых каш берется крупная крупа: ячневая, гречневая, пшеничная, рис, пшено. Чаще всего их варят на воде, но можно также варить в бульоне или на воде с молоком. На один стакан крупы берут от 1½ до 2½ стакана воды.

Вязкую кашу можно варить из разной крупы. Каши варят на молоке с добавлением сахара. В молоке крупа долго не разваривается, поэтому рекомендуется предварительно сварить крупу в подсоленной воде до загустения, а затем добавить горячее молоко и снова варить до загустения. Чтобы каша не пригорела, ее надо варить все время помешивая.

В кашу прибавляют масло, сахар, соль, размешивают и ставят в духовку упревать. В хорошо сваренной вязкой каше отдельные крупинки набухают, разваривaются. От рассыпчатых густые каши отличаются тем, что крупинки склеены между собой.

Вязкую кашу можно подать к столу с маслом или использовать ее для запеканок, битков и как массу для клецок.

Жидкие каши варят почти всегда из мелкой крупы и на одном молоке. На 1 стакан крупы берется 4—5 стаканов молока. В жидкие каши прибавляют сахар. При варке каш крупу надо насыпать в кипящую воду или молоко. Мелкую крупу надо сыпать тонкой струйкой и все время помешивать. Варить на среднем огне и следить за тем, чтобы каша не пригорела.

Запеканки приготовляются из рассыпчатой, а иногда и из вязкой каши.Запеканки бывают сладкие и несладкие. Несладкие запеканки делают с мясной, грибной и другой начинкой, а в сладкие прибавляют яйца, сахар, ваниль и пр.

Несладкие запеканки пекут в обожженной глиняной или стеклянной огнеупорной посуде. Эти запеканки подаются к столу с маслом, сметаной, молочным (725), томатным (719), грибным (726) или сметанным (721) соусом.

Котлеты и биточки делают из рисовой, манной, пшеничной, пшенной или иной крупяной каши. Они могут быть с добавлением творога или моркови. Котлеты делают большими, чем обычно, продолговатыми, с одним заостренным концом.

Биточки делаются вдвое меньше, в виде круглых лепешек, на каждого человека по 4 битка. Сделанные биточки из какой-либо крупяной каши надо смочить взбитым яйцом, обвалять в сухарях и жарить на сковороде с маслом.

Их подают к столу с маслом, сметаной, со сметанным (721), грибами (726) или другим соусом.

ГРЕЧНЕВАЯ КРУПА

537. ГРЕЧНЕВАЯ КАША С МАСЛОМ

1 стакан гречневой крупы, 1½ стакана воды (для рассыпчатой каши) или 3 стакана воды (для вязкой каши), 1 ст. ложка масла или маргарина, соль.

В подсоленный кипяток положить столовую ложку масла, всыпать гречневую крупу и, помешивая, варить в течение 20 минут до загустения. Плотно накрыть крышкой кастрюлю с кашей и поставить на 3—4 часа в духовку для упревания. Чтобы каша не пригорела, кастрюлю можно поставить на противень с водой.

Приготовленная этим способом гречневая каша бывает сухой, рассыпчатой. Для приготовления вязкой каши на 1 стакан гречневой крупы берут 3 стакана воды или 2 стакана воды и 1 стакан молока.

Гречневая каша подается к столу в горячем или холодном виде. Горячую кашу поливают растопленным маслом или посыпают сахаром. Молоко подается в стакане отдельно. К холодной гречневой каше подается молоко.

538. ГРЕЧНЕВАЯ КАША ИЗ ПОДЖАРЕННОЙ КРУПЫ

1 стакан гречневой крупы, 2 ст. ложки масла, ½ стакана воды, соль.

На сковороде распустить ложку масла, затем всыпать гречневую крупу и, постоянно помешивая, поджарить в духовке.

Поджаренную крупу всыпать в кипящую подсоленную воду, добавить масло, несколько минут варить, помешивая, до загустения. Затем кастрюлю накрыть крышкой и поставить в духовку на 1½—2 часа для упревания.

Гречневая каша из поджаренной крупы быстрее упревает, приобретает хороший цвет и вкус.

Подать к столу с маслом, сахаром или с молоком.

539. ГРЕЧНЕВАЯ КАША С РАЗНЫМИ ДОБАВКАМИ

Из гречневой крупы сварить рассыпчатую кашу (537) и смешать с поджаренным луком, кусочками шпика и другим и добавлениями: печенкой, мозгами, грибами, порубленными крутыми яйцами и пр.

Добавка из яиц. 2 яйца сварить вкрутую, очистить, порубить и смешать с гречневой кашей; можно также поджарить на жире нарезанный лук и смешать с рублеными яйцами, а затем выложить на кашу.

Добавка из печенки. 200 г печенки (говяжьей, свиной, телячьей) нарезать ломтиками, посолить и поджарить на жире. Затем добавить поджаренный мелко разрубленный лук и смешать с гречневой кашей. Сразу подать на стол или же поста вить на 30 минут в духовку для упревания.

Добавка из грибов. 50 г сушеных грибов промыть, отварить в подсоленной воде, вынуть шумовкой, нарезать или порубить, добавить лук и поджарить на сковороде с жиром. Затем перемешать с гречневой кашей.

Вместо сушеных грибов можно взять 200 г свежих грибов, отваренных в подсоленной воде и поджаренных на жире.

Добавка из мозгов. 200 г мозгов отварить в подсоленной воде, в которую добавлен уксус, нарезать небольшими кусочками, добавить лук и поджарить на жире. Затем перемешать с гречневой кашей и подать к столу.

540. КОТЛЕТЫ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КАШИ

1 стакан гречневой крупы, 200 г творога, 1—2 яйца, 1 чайная ложка сахара, стакана сухарей, соль, 2 ст. ложки масла или сала.

В подсоленную кипящую воду всыпать крупу и, помешивая, варить 30 минут до загустения. Затем дать каше остыть. В хорошо растертый творог добавить сахар, взбитое яйцо, отваренную крупу, хорошо перемешать и разделать круглые котлеты. Обвалять их в сухарях и поджарить на жире с обеих сторон. К котлетам подается сметана.

541. ЗАПЕКАНКА ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С ТВОРОГОМ

2 стакана воды или молока, 1 стакан крупы, 300— 500 г творога, 1 ст. ложка сахара, стакана сметаны, 2—3 яйца, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка сухарей, соль.

Сварить гречневую кашу. В растертый творог добавить сметану, взбитые яйца, сахар и хорошо перемешать.

В смазанный жиром и посыпанный сухарями противень выложить кашу, разровнять, затем положить слой творога, полить растопленным маслом и запекать 30 минут в духовке.

Запеканку нарезать квадратиками, положить на блюдо, полить растопленным маслом или растопленным маслом со сметаной и подать на стол.

Запеканку можно также приготовить иначе. Поджаренную с жиром гречневую крупу всыпать в кипящее молоко и, помешивая, варить 30 минут. Когда крупа разбухнет, снять с огня, добавить растертый творог, сметану, яйца, соль, сахар, перемешать, выложить в подготовленную посуду и запекать в духовке 1—1½ часа.

542. ЗАПЕКАНКА ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ

2 стакана гречневой крупы, 2 стакана воды или молока, 2 ст. ложки масла, 2 ст. ложки сметаны, соль, 2 стакана фарша из творога, грибов, печенки или яиц, сухари.

Сварить гречневую кашу. Посуду для запеканки смазать жиром, посыпать сухарями и выложить в нее слой гречневой каши, затем слой любого из упомянутых в рецептуре видов фарша и т. д. Верхний слой должен быть из гречневой каши. Сверху полить сметаной и запекать в духовке.

К столу подать в той же посуде, в которой пеклась запеканка; полить растопленным маслом и сметаной.

ПШЕННАЯ КРУПА

543. ПШЕННАЯ КАША

1 стакан пшена, 1 ст. ложка масла, 2 стакана воды, соль.

Крупу промыть в нескольких водах, ошпарить кипятком, положить в подсоленную кипящую воду, добавить масло и, помешивая, варить 15-20 минут до загустения. Затем в накрытой крышкой кастрюле поставить в духовку для упревания.

При подаче к столу добавить в кашу остальное растопленное масло и перемешать.

Пшенную кашу можно варить и на молоке. На 1 стакан крупы взять 3 стакана молока или 2 стакан а воды и 1 стакан молока.

Чтобы сварить кашу с молоком, необходимо предварительно варить крупу в подсоленной воде до загустения, затем влить молоко, добавить масло, немного сахара и снова варить до загустения, а потом поставить в духовку.

Для жидкой пшенной каши на 1 стакан крупы берут 4—5 стаканов воды или молока, ½ столовой ложки сахара.

544. КОТЛЕТЫ ПШЕННЫЕ

1 стакан пшена, 2 стакана воды или молока, ½ ст. ложки сахара, соль, ½ стакана сметаны для соуса, 1 яйцо, ½ стакана сухарей, 1 ст. ложка масла, жир.

Сваренную пшенную кашу поставить на 30 минут в духовку для упревания. Дать каше остыть, добавить яйцо, перемешать, разделать котлеты, обвалять в сухарях и жарить на хорошо разогретом жире.

Котлеты подают со сметаной, с грибным или сладким соусом.

545. ЗАПЕКАНКА ПШЕННАЯ

1 стакан пшена, 1½ стакана воды, 1½ стакана молока, 1 ст. ложка сахара, 2-3 яйца, ½ стакана изюма, 1 ст. ложка сухарей, 1 ст. ложка масла, лимонная цедра.

Сварить вязкую молочную кашу и дать ей остыть. Добавить в нее растертые с сахаром желтки, изюм, лимонную цедру и хорошо перемешать. Затем ввести взбитые белки, осторожно перемешать и выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями посуду для запеканки. Взбрызнуть растопленным маслом и запекать в духовке около 30 минут.

Если запеканка пеклась в стеклянной посуде, то ее подают к столу в той же посуде. Если же ее запекали в глиняной посуде или на листе, то запеканку надо опрокинуть на тарелку. Чтобы запеканку было легче вынуть, посуду следует обернуть тряпкой, смоченной холодной водой.

К запеканке подают соус из сладких ягод или фруктов или же разогретое масло.

546. ЗАПЕКАНКА ПШЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ И СЛИВАМИ

1 стакан пшена, 1½ стакана воды, 1½ стакана молока, соль, 1 ст. ложка сахара, 2 яйца, 1 ст. ложка сметаны, масло.

Д л я н а ч и н к и: 4 яблока или 2 стакана слив, 1 ст. ложка масла, 2 ст, ложки сахара, корица.

Сваренную вязкую пшенную кашу охладить, добавить растертые с сахаром яйца и перемешать.

Очистить свежие яблоки или сливы. Чтобы сливы было легче чистить, их надо погрузить на несколько секунд в кипящую воду. Из яблок удалить сердцевину, а из слив — косточки. Измельченные фрукты положить в кастрюльку, добавить масло, сахар, корицу и, помешивая, тушить, чтобы они немного разварились.

В подготовленную посуду для запеканки выложить ряд каши, затем ряд фруктов и т. д. Верхний слой должен быть из пшенной каши. Сверху смазать растертым со сметаной яйцом, взбрызнуть растопленным маслом и запекать в духовке.

К запеканке подается сладкий соус, сливки с сахаром.

547. КОТЛЕТЫ ПШЕННЫЕ С МОРКОВЬЮ

1 стакан пшена, 2 стакана воды, 2 ст. ложки масла или маргарина, 1 яйцо, 3 шт. моркови, ½ стакана сухарей, ½ стакана сметаны.

Очищенную и отваренную или же нарезанную мелкими кусочками и тушенную с жиром в небольшом количестве воды морковь протереть через сито.

Из пшена сварить кашу и поставить для упревания в духовку. Затем дать ей остыть, добавить протертую морковь, яйцо, перемешать, разделать котлеты, обвалять в сухарях и жарить на хорошо разогретом жире.

К котлетам подается сметана или сметанный (721) соус.

РИС

548. РИСОВАЯ КАША РАССЫПЧАТАЯ

1 стакан риса, 1 ст. ложка масла, соль, 2 стакана воды.

В кипящую подсоленную воду положить масло, всыпать хорошо промытый рис и варить, все время помешивая, на слабом огне около 30 минут до загустения. Затем накрыть кастрюлю крышкой и поставить в духовку для упревания.

Подать с растопленным маслом или с томатным (719) соусом.

РИСОВАЯ КАША С РАЗНЫМИ ДОБАВКАМИ

Сварить рассыпчатую рисовую кашу и смешать с поджаренным на масле луком, порубленной поджаренной печенкой, поджаренными мелко нарезанными мозгами, порубленными крутыми яйцами или с грибами так же, как готовят гречневую кашу с добавками (539).

549. ЗАПЕКАНКА ИЗ РИСА С РАЗНЫМИ ДОБАВКАМИ

1 стакан риса, 3 стакана воды, соль, 2 яйца, 1 луковица, 1 ст. ложка масла или маргарина, 300 г мяса для фарша, сметана.

Сварить рисовую кашу. В подготовленную для запеканки посуду выложить слой рисовой каши, затем слой любого фарша (из мяса, грибов , печенки, мозгов) и т. д. Сверху должна быть рисовая каша. Поверхность смазать яйцом, взбитым со сметаной, взбрызнуть маслом и запекать около 1 часа в духовке.

Подать со сметаной или томатным (719) соусом.

550. ЗАПЕКАНКА ИЗ РИСА С ТВОРОГОМ

1 стакан риса, 1½ стакана воды, 2 стакана молока, 500 г творога, 2 ст. ложки изюма, 2 ст. ложки сахара, 2—3 яйца, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка сметаны, ½ стакана соуса, сухари.

Сварить густую молочную рисовую кашу с маслом и сахаром. В остывшую кашу добавить растертое с сахаром яйцо и перемешать.

В хорошо растертый творог добавить яйцо, сахар, растереть, добавить изюм и перемешать.

Посуду для запеканки смазать маслом, посыпать сухарями, положить ряд каши, затем ряд творожной начинки и т. д. Поверхность смазать яйцом, взбитым со сметаной, и запекать в духовке.

Подать с растопленным маслом, сметаной или сметанным (721) соусом.

551. КОТЛЕТЫ РИСОВЫЕ

1 стакан риса, 3 стакана воды, соль, 1—2 яйца, ½ стакана сметаны для соуса, 1 ст. ложка сахара, ½ стакана сухарей, 1 ст. ложка масла.

Сваренную в подсоленной воде густую рисовую кашу охладить, добавить яйца, сахар, перемешать и разделать котлеты. Обсыпать их сухарями и с обеих сторон поджарить на сковороде.

Подать со сметаной или со сметаной, смешанной с растопленным маслом, или же с грибным (726) или томатным (719) соусом.

Рисовые котлеты можно делать с морковью, как пшенные котлеты с морковью.

МАННАЯ КРУПА

552. МАННАЯ КАША

1 стакан манной крупы, 5 стаканов молока, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка сахара, соль.

В кипящее молоко, помешивая, тонкой струйкой всыпать манную крупу и варить 10—15 минут до загустения. Затем добавить соль, сахар, масло, размешать, посуду накрыть и поставить в духовку, чтобы крупа хорошо разбухла.

Если молока мало, можно частично заменить его водой (например, взять 3 стакана воды и 2 стакана молока).

При подаче к столу манную кашу выложить на блюдо. Подать с растопленным маслом, сахаром с корицей или сладким соусом.

Если манная каша готовится как второе блюдо, то ее делают более густой и на 1 стакан манной крупы берут 3—4 стакана молока.

553. КЛЕЦКИ МАННЫЕ С СЫРОМ

1 стакан манной крупы, 3 стакана молока или 2 стакана молока и 1 стакан воды, 1—2 яйца, 1 ст. ложка масла, 50 г голландского сыра, соль.

В остывшую густую манную кашу (552) добавить яйцо, хорошо перемешать и ложкой опускать клецки из этой массы в кипящую подсоленную воду. Когда клецки всплывут на поверхность и немного поварятся, вынуть их шумовкой, положить в миску, полить растопленным маслом, посыпать натертым сыром и подать к столу.

Клецки можно полить не только маслом, но и растопленным маслом, смешанным со сметаной.

554. ОЛАДЬИ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ

1 стакан манной крупы, 4 стакана молока, 1—2 яйца, соль, 1 ст. ложка сахара, 2 ст. ложки масла или маргарина, 1 стакан сметаны для соуса.

В остывшую густую манную кашу (552) добавить растертые с сахаром яйца, хорошо перемешать и поджарить на сковороде оладьи из этой массы.

Подать к столу со сметаной, маслом, сладким соусом или с вареньем.

Оладьи из манной крупы можно также делать с творогом. В приготовленную для оладий массу добавить хорошо растертый творог, перемешать и жарить.

555. ПИРОЖКИ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ

½ стакана манной крупы, 1½ стакана молока, ½ ст. ложки сахара, сухари, 1 ст. ложка масла или маргарина, соль, 1 яйцо для смазывания.

Густую манную кашу положить на мелкую тарелку слоем толщиной 1 см. Остывшую кашу разрезать на четырехугольные куски, смочить их взбитым яйцом, обвалять в сухарях, поджарить на сковороде с хорошо разогретым маслом или маргарином и подать к столу со сметаной.

556. ЗАПЕКАНКА МАННАЯ

1 стакан манной крупы, 1 стакан молока, 1 ст. ложка сахара, немного соды или 50 г дрожжей, изюм, 1 ст. ложка масла, соль.

Манную крупу смешать с молоком и оставить на 3 часа, чтобы крупа набухла. Затем добавить соль, сахар, соду или растертые с сахаром дрожжи, изюм, перемешать, выложить в смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, поверхность сгладить, взбрызнуть растопленным маслом и запечь в духовке.

К запеканке подается сладкий соус, сметана, сметана с вареньем или растопленное масло со сметаной.

Запеканку можно делать и из манной каши. В этом случае берут больше молока (1 стакан крупы и 3 стакана молока), соды не кладут, а в сваренную и остывшую кашу добавляют взбитое яйцо и запекают, как указано выше.

При подаче к столу можно положить на запеканку варенье или джем и полить сладким соусом.

557. ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ТВОРОГОМ

1 стакан манной крупы, 1 стакан молока, 500 г творога, 1—2 яйца, 1 ст. ложка сахара, 5 г дрожжей или соды, 2 ст. ложки масла, 1 стакан сметаны для соуса.

Манную крупу смешать с молоком и оставить на несколько часов, чтобы крупа набухла. Затем добавить растертые с сахаром дрожжи и поставить в теплое место, чтобы масса поднялась.

Поднявшуюся массу выложить нетолстым слоем в подготовленный противень, поверхность сгладить и запекать в духовке. Когда запеканка сверху зарумянится, положить на нее хорошо растертый творог, смешанный с яйцом и сахаром, сгладить поверхность, взбрызнуть маслом и запекать в духовке 20—30 минут.

Перед подачей к столу запеканку нарезать квадратными кусками и подать со сметаной или со сметаной и растопленным маслом, или со сладким соусом.

558. ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ИЗЮМОМ

1 стакан манной крупы, 3 стакана молока, 100 г изюма, 2 стакана воды, 2 ст. ложки сахара, 2—3 яйца, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка сухарей, цедра от 1 лимона.

В остывшую манную кашу (552) добавить изюм, лимонную или апельсиновую цедру, растертые с сахаром желтки и все хорошо перемешать. Затем в вести в манную кашу взбитые белки и осторожно перемешать. Массу выложить в подготовленную посуду для запеканки, выпекать полчаса в духовке. Если посуда стеклянная, то запеканку подают к столу в той же посуде, а если посуда иная, то запеканку следует выложить на блюдо.

559. КОТЛЕТЫ МАННЫЕ

1 стакан манной крупы, ½ ст. ложки сахара, 2 ст. ложки маргарина, ½ стакана сухарей, 3 стакана молока, 2 стакана воды, 1 яйцо, соль.

Сварить густую манную кашу на молоке, дать ей остыть, добавить растертое с сахаром яйцо и перемешать. Разделать котлеты, обвалять в сухарях и поджарить на жире с обеих сторон на сковороде. К столу подать со сладким соусом или с вареньем.

560. КАША ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ

1 стакан дробленной пшеничной крупы, 2 стакана воды, 1 ст. ложка масла или сала, соль.

В кипящую подсоленную воду всыпать промытую крупу, масло и, помешивая, варить 20 минут до загустения. Затем кастрюлю накрыть и поставить на полчаса в духовку для упревания. Упревшая каша становится сухой и рассыпчатой.

Кашу можно варить и из цельной пшеничной крупы. Ее надо перебрать, промыть, всыпать в подсоленную кипящую воду и варить полчаса. Затем добавить масло или сало, перемешать, накрыть кастрюлю и поставить в духовку на 1—1½ часа для упревания.

Рассыпчатая каша из пшеничной крупы подается как гарнир к разным мясным блюдам или со шкварками из шпика с луком как второе блюдо.

Вязкую кашу из пшеничной крупы чаще всего варят на молоке. На стакан крупы берут 3 стакана молока.

Для жидкой каши из дробленной пшеничной крупы на 1 стакан крупы берется 4 стакана воды или молока.

КАША ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ С РАЗНЫМИ ДОБАВКАМИ

Сварить рассыпчатую кашу из пшеничной крупы, поджарить нарезанный шпик с луком и перемешать с кашей. Добавить какой-либо фарш: из печенки, мозгов, грибов, как при приготовлении гречневой каши с добавками (539). Кашу перемешать и сразу подать к столу или еще на полчаса поставить ее в духовку для упревания.

561. ЗАПЕКАНКА ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ С ТВОРОГОМ

1 стакан пшеничной крупы, 2 стакана воды или воды и молока, 300—500 г творога, 2—3 яйца, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка сухарей, 1 ст. ложка масла, 1—2 ст. ложки сметаны.

Сварить рассыпчатую кашу из пшеничной крупы. Творог растереть, добавить сахар, яйца, сметану и перемешать. Кашу смешать с творогом, выложить в подготовленную посуду для запеканки, посыпать сухарями, взбрызнуть растопленным маслом и запекать в духовке.

При подаче к столу запеканку полить маслом или сметанным (721) соусом.

562. КАША ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ

1 стакан ячневой крупы, 2½ стакана воды, 1 ст. ложка масла, соль.

В подсоленную кипящую воду всыпать промытую крупу, поло жить масло и варить, помешивая, до загустения. Затем поставить в духовку на полчаса для упревания. Приготовленную рассыпчатую кашу подают как гарнир к мясным блюдам или отдельно, полив ее поджаренным шпиком с луком, а также с растопленным маслом или с молоком.

Вязкую кашу обычно варят на молоке. На 1 стакан крупы берут 4 стакана молока или 2 стакана молока и 2 стакана воды. Ячневую крупу варят на воде, затем, когда каша начнет густеть, вливают молоко, добавляют масло и варят снова до загустения.

Ячневую кашу, как и гречневую (539), можно подавать с разными добавками или делать из нее различные запеканки.

563. ЗАПЕКАНКА ЯЧНЕВАЯ С ТВОРОГОМ

1 стакан ячневой крупы, 2½ стакана воды, 2—4 яйца, 0,5 кг творога, 1 ст. ложка масла, ½ стакана сметаны, соль, ½ ст. ложки сахара.

Сварить рассыпчатую кашу. Творог растереть, добавить яйца, сахар, снова растереть, смешать с кашей, выложить в стеклянную посуду для запеканки и запечь в духовке.

К столу подать со сметанным (721) соусом.

564. КОТЛЕТЫ ЯЧНЕВЫЕ

1 стакан ячневой крупы, 2½ стакана воды или молока, ½ ст. ложки сахара, 1—2 яйца, 2 ст. ложки масла или маргарина, ½ стакана сухарей, 1 стакан сметаны для соуса, соль.

Сварить рассыпчатую кашу из ячневой крупы, поставить на полчаса в духовку для упревания, дать немного остыть, смешать с яйцом, сахаром, разделать котлеты, обсыпать сухарями и поджарить на масле.

Подать к столу со сметаной или с грибным (726) соусом .

565. ПЕРЛОВАЯ КАША

1 стакан крупной перловой крупы, 2 стакана воды, 1 ст. ложка масла, соль.

Крупу всыпать в кипящую подсоленную воду и, помешивая, варить до загустения. Затем поставить на 1—1½ часа в духовку для упревания.

Подать к стол у с маслом или с поджаренным шпиком с луком, добавив немного сметаны.

566. КОТЛЕТЫ ПЕРЛОВЫЕ С ТВОРОГОМ

1 стакан перловой крупы, 2½ стакана воды, 1 ст. ложка сахара, 200 г творога, 1 яйцо, ½ стакана сухарей, 1 ст. ложка масла или маргарина, ½ стакана сметаны, соль.

В кипящую подсоленную воду всыпать промытую крупу и, помешивая, варить до загустения, затем добавить жир и поставить на 1 час в духовку для упревания. Потом пропустить через мясорубку, добавить растертый творог, яйцо, сахар, перемешать, разделать котлеты, обвалять в сухарях и поджарить на сковороде с маслом.

К столу подать с растопленным маслом или со сметаной.

567. КАША ОВСЯНАЯ

1 стакан овсяной крупы, 3 стакана молока, соль, 1 ст. ложка масла, ½ ст. ложки сахара.

В кипящее молоко всыпать дробленную овсяную крупу, добавить соль и варить, помешивая, до размягчения. Добавить сахар, масло и поставить на несколько минут в духовку.

Кашу полить маслом и подать на стол.

568. КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ («ГЕРКУЛЕС»)

1 стакан овсяных хлопьев, 3 стакана мол ока, 1 ст. ложка масла, соль.

В кипящее молоко всыпать овсяные хлопья и, помешивая, варить до загустения, затем добавить соль и масло.

569. КАША ИЗ САГО С МАСЛОМ

1 стакан крупы саго, 3½—4 стакана воды или молока, 1 ст. ложка масла, соль, сахар.

В кипящую подсоленную воду добавить масло, всыпать саго, сахар и, помешивая, варить до загустения. Затем поставить в духовку на полчаса для упревания.

К столу подать с маслом, сметаной или со сладким соусом.

570. ЗАПЕКАНКА ИЗ САГО

1 стакан крупы саго, 3 стакана молока (или 1½ стакана молока и 1½ стакана воды), 1 ст. ложка масла, 3—4 яйца, 4 ст. ложки сахара, ваниль или лимонная цедра.

В сваренную и остывшую кашу из саго добавить растертые с сахаром желтки, ваниль или лимонную цедру, перемешать, ввести взбитые белки, осторожно перемешать, выложить в подготовленную посуду для запеканки и выпекать в духовке 1 час.

Подается со сладким соусом или с фруктово-ягодным соком.

571. КАША ИЗ КУКУРУЗНОЙ МУКИ

400 г кукурузной муки, 4 стакана воды, 2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки масла, 2 яйца, соль.

В кипящую подсоленную воду положить сахар, затем, помешивая, всыпать просеянную муку. Когда каша закипит, надо хорошо размешивать, чтобы она получилась без комков. Затем кастрюлю накрыть крышкой и поставить в духовку на 10—15 минут для упревания.

Горячую сваренную кашу сразу подать на стол, так как она быстро теряет свой вкус.

При подаче к столу полить растопленным маслом, смешанным с нарубленными крутыми яйцами или с поджаренным с луком шпиком, а также с натертым сыром или со сметаной.

МОЛОЧНЫЕ БЛЮДА

Из молока и молочных продуктов можно приготовить много разнообразных питательных блюд. Второе блюдо довольно часто приготовляется из творога или сыра. Молоко, масло и сметана используются как добавки.

Творог приготовляется из цельного или обезжиренного молока. Творог из цельного молока более питателен, вкусен и часто подается к столу со сметаной или с молоком. Творог из обезжиренного молока используется для приготовления разных вторых блюд.

Творог должен быть некислым, хорошо отжатым. Блюда, приготовленные из крошащегося творога, имеют худший вид и вкус. При приготовлении разных блюд с творогом прежде всего его надо хорошо растереть, а твердый или крошащийся творог протереть через сито или пропустить через мясорубку.

572. ТВОРОГ С МОЛОКОМ ИЛИ СО СЛИВКАМИ

500 г творога, стакана молока или 1 стакан сливок, 2 ст. ложки сахара, корица.

Творог хорошо растереть или протереть через сито, добавить молоко или сливки, размешать и подать к столу. Отдельно подать сахарный песок, смешанный с корицей.

573. ТВОРОГ СО СМЕТАНОЙ

500 г творога, 1 стакан сметаны.

Растертый творог положить в салатник или глубокую тарелку, полить сметаной и подать с горячим отварным картофелем.

574. ТВОРОГ С ТМИНОМ

500 г творога, 1 ст. ложка тмина, 6 ст. ложек сметаны, соль.

Творог хорошо растереть, добавить 1 столовую ложку чистого тмина, сметану, соль, все хорошо перемешать.

Подать к вареному картофелю или использовать для бутербродов.

575. ТВОРОГ С СЕЛЬДЬЮ

500 г творога, 1—2 копченые сельди, 4 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка томатного пюре, 1 чайная ложка готовой горчицы, 1 луковица, 1 чайная ложка масла.

Очистить сельди, удалить кости. Затем мелко порубить. Растертый творог смешать с порубленными сельдями, сметаной, томатным пюре, горчицей, поджаренным на масле мелко нарезанным луком. Массу хорошо перемешать. Приготовленный таким образом творог выложить в глубокую тарелку, разровнять, украсить солеными огурцами или помидорами и подать с горячим картофелем.

576. ТВОРОГ С МЕДОМ

300 г творога, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка меда, 3 желтка, 1 ст. ложка масла, 4 ст. ложки сметаны или сливок.

Желтки растереть с сахаром. Не переставая растирать, добавить растопленный мед, растертое масло и все хорошо растереть. Затем добавить растертый творог, перемешать и подать на стол со сметаной или с взбитыми сливками.

577. ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ

0,5 кг творога, ½ стакана муки, 1 яйцо, 1 ст. ложка сахара, соль, 1 ст. ложка масла, 4 ст. ложки сметаны.

Творог хорошо растереть, добавить соль, сахар, яйцо, муку и хорошо перемешать. Из полученной массы руками раскатать продолговатые жгутики (колбаски), сплющить их до толщины 1 см, разрезать на кусочки длиной 5 см и отварить в подсоленной воде. Когда вареники всплывут, сразу вынуть их шумовкой и полить растопленным маслом чтобы они не склеивались.

При подаче к столу вареники полить сметаной или посыпать сахаром.

578. СЫРНИКИ

0,5 кг творога, ½ стакана муки, 1 яйцо, 1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка сахара, соль.

Творог хорошо растереть или пропустить через мясо рубку, добавить муку, сахар, соль, яйцо и хорошо перемешать. Доску посыпать мукой, творожную массу раскатать в виде толстой колбаски, разрезать поперек на равные части и сделать круглые лепешки. Сверху сделать ножом полоски, поджарить с обеих сторон на сковороде с разогретым маслом.

Подать горячими, полить сметаной и посыпать сахаром, или же подать к ним сметанный (721), ванильный (731), молочный (725) соус.

В творожную массу можно добавить тмин; чтобы сырники лучше подошли, можно добавить немного соды.

579. СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ

0,5 кг творога, 4 шт. моркови, ½ стакана муки, 2 ст . ложки манной крупы, 1 ст. ложка сахара, 1 яйцо, 1 ст. ложка масла, соль.

Очищенную от зелени и кожуры морковь мелко нарезать и тушить с жиром. Затем протереть через сито, добавить манную крупу, творог, яйцо, соль, сахар, часть муки перемешать и разделать круглые лепешки. Поджарить их на сковороде с маслом сперва с одной стороны, потом с другой.

К сырникам можно подать сметану или сметанный (721) соус.

580. СЫРНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ

0,5 кг творога, 0,5 кг картофеля, 1 яйцо, соль, 1 стакан муки, 1 ст. ложка жира, 1 стакан сметаны сметанного соуса.

Отварить картофель в подсолен ной воде, слить воду, картофель размять.

В остывший размятый картофель положить растертый творог, муку, яйцо, соль, все хорошо перемешать и сделать круглые лепешки. Поджарить их с обеих сторон на хорошо разогретом жире или положить на смазанный жиром лист и выпекать в духовке до образования румяной корочки.

К столу подать горячими со сметаной или сметанным (721) соусом.

581. ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ

0,5 кг творога, ½ стакана манной крупы, 2 ст. ложки сахара, 1—2 ст. ложки масла, 2 яйца, 2 горсти изюма (не обязательно), ваниль или лимонная цедра, соль, сухари.

Сварить на молоке или воде манную кашу и дать ей остыть. Добавить растертый творог, растертые с сахаром желтки, соль, лимонную цедру, изюм и тщательно перемешать. Взбить белки, ввести в массу, осторожно перемешать, выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями посуду для запеканки или противень и запекать в духовке до образования румяной корочки.

Подать со сметаной, молочным (725) или ванильным (731) соусом или же с вареньем.

582. БАБКА ИЗ ТВОРОГА С КАРТОФЕЛЕМ

1 кг картофеля, 300 г. творога, 100 г жира. 100 г сметаны, соль.

Картофель очистить, натереть на терке, слить сок. В картофель добавить растертый творог, соль и перемешать. Противень смазать жиром, выложить на него приготовленную массу, разровнять поверхность и запекать в духовке. Готовую бабку нарезать квадратными кусками и подать к столу с соусом. Жир разогреть, влить сметану и, подогрев еще несколько минут, подать к столу.

583. БУЛОЧКИ ИЗ ТВОРОГА

1 кг творога, 3 стакана муки, 2 яйца, соль, ½ ст. ложки соды.

Для соуса: 1 ст. ложка масла, ½ стакана сметаны.

Положить в миску растертый творог, смешанную с содой муку, яйца и соль. Замесить тесто, скатать из него валики. обвалять в муке, разрезать на косые кусочки, уложить на смазанный жиром лист и выпекать в печи или духовке, пока не зарумянятся.

Подать к столу с растопленным маслом и сметаной.

584. БУЛОЧКИ ИЗ НАТЕРТОГО КАРТОФЕЛЯ С ТВОРОГОМ

0,5 кг отжатого натертого картофеля, 0,5 кг творога, 2 яйца, соль, 2 ст. ложки сливок.

Натертый и слегка отжатый картофель размять с творогом, яйцами, солью и сметаной. Разделать круглые булочки, уложить на смазанный жиром лист и выпекать в духовке 30 минут до образования красивой золотистой корочки.

К столу подать горячими, полить маслом или салом.

585. СЫР ЖАРЕНЫЙ

0,5 кг литовского (белого) сыра, 1 яйцо, 3—4 ст. ложки молока, 3—4 ст. ложки муки, соль, жир.

Взбить яйца с солью и с молоком, добавить муку и хорошо растереть, чтобы тесто было средней густоты.

Сыр нарезать ломтиками, каждый ломтик обмакнуть в тесто, обсыпать сухарями (не обязательно) и жарите на хорошо разогретом сале или масле.

Подать со сметаной или с сахаром.

МОЛОЗИВО

586. ЛАПША НА МОЛОЗИВЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

Лапша на молозиве приготовляется без яиц. Замешать крутое тесто из молозива с мукой, тонко раскатать, немного подсушить, свернуть и нарезать (нашинковать) продолговатыми узенькими полосками. Высушенную лапшу хранить в полотняном мешочке в сухом помещении.

Лапшу используют для молочных и мясных супов, разных запеканок и сладких блюд.

587. ОЛАДЬИ НА МОЛОЗИВЕ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

0,5 литра молозива, 10 г дрожжей или ½ чайной ложки соды, 1 стакан молока или воды, 3 стакана муки, соль.

Из молозива, молока, соды, соли и муки замесить некрутое тесто и жарить небольшие оладьи на хорошо разогретом жире.

Если в тесто кладут дрожжи, то оладьи на молозиве делаются так же, как оладьи на дрожжах.

Подать со сметаной или с растопленным маслом.

588. МОЛОЗИВО СО ШПИКОМ ИЛИ С МАСЛОМ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

1 литр молозива, 2 стакана молока, 100 г шпика, 3 ст. ложки муки, 1 луковица, соль.

Муку и немного молока выбить, влить молозиво, остальное молоко, соль и хорошо перемешать. На лист или в посуду для запеканки положить нарезанный небольшими продолговатыми кусочками и поджаренный с луком шпик, залить подготовленным молозивом и запекать в печи или духовке до образования густой массы.

Вместо шпика в молозиво можно положить растопленное масло.

К столу подать в той же посуде, в которой его запекали.

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

Яйца являются ценным питательным продуктом, так как в них содержится 14 процентов белков, 11 процентов жиров, 0,6 процента углеводов и много витаминов. Яйца легко перевариваются, и поэтому они широко используются для приготовления пищи. Легче всего перевариваются сырые яйца, однако многие любят вареные или жареные яйца или приготовленные из них блюда. Крутые яйца тяжело перевариваются.

ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ

При варке яиц в скорлупе их прежде всего надо обмыть теплой водой. Пятна на яйцах оттирают солью.

При варке яиц «всмятку», чтобы желток остался жидким, яйца опускают в кипящую воду и варят 3—4 минуты с того момента, когда вода снова закипит. Яйца «вкрутую» варят 8—10 минут.

Вынутые из кипятка яйца надо сразу опустить в холодную воду, чтобы их было легче очистить от скорлупы.

Слишком долго яйца варить не следует.

К столу яйца подают в тарелке, застланной салфеткой, одним концом которой можно накрыть яйца, чтобы они не остыли.

589. ЯИЧНИЦА-ГЛАЗУНЬЯ

На 1 человека — 2—3 яйца, 20 г масла, соль.

Разогреть масло на сковороде и выпустить яйца. Жарить 2—3 минуты, пока белок не свернется и сделается молочно-белым. Затем каждое яйцо в отдельности осторожно положить на нагретую тарелку, полить тем же маслом, в котором жарилась яичница, посыпать мелкой солью, а для желающих — перцем и подать к столу.

Для приготовления яичницы имеются специальные маленькие алюминиевые сковородки или сковороды с углублениями для яиц. Если яичница жарилась на маленькой сковородке, ее подают к столу на той же сковородке, поставленной на тарелку.

ЯИЧНИЦА С ПОДЖАРЕННЫМ ХЛЕБОМ

Ржаной хлеб нарезать небольшими ломтиками, обрезать корочку и с обеих сторон поджарить на сале или масле. Затем выпустить на каждый ломтик по одному яйцу, желток посолить и жарить, пока не свернется белок. Кончая жарить, яйца можно посыпать сверху мелко нарезанным зеленым луком.

Таким же образом можно жарить яичницу с ломтиками помидоров или с сыром. Нарезанные ломтиками помидоры или сыр поджарить на масле, затем выпустить на них яйца и жарить.

590. ЯИЧНИЦА С СЫРОМ

4 яйца, ½ ст. ложки масла, 50 г голландского или литовского (белого) сыра.

Растопить на сковородке масло, выпустить по одному яйца, сверху посыпать их натертым сыром и печь в духовке, пока не свернется белок.

ЯИЧНИЦА С САЛОМ

Соленое или копченое свиное сало нарезать нетолстыми квадратиками, обжарить с обеих сторон и выпустить на них яйца (по одному на каждые 2 кусочка сала). Когда белок свернется, посыпать солью, перцем или мелко нарезанным зеленым луком.

ЯИЧНИЦА С РАЗНЫМИ ДОБАВКАМИ ИЗ МЯСА

Таким же способом, как с салом, можно приготовить яичницу с другим и мясными добавками. Вместо шпика можно взять копченую колбасу, копченую ветчину или же любое вареное или жареное мясо: говядину, свинину, телятину, курятину или печенку.

Масло или сало распустить на сковороде, с обеих сторон обжарить ломтики мяса, добавить лук, выпустить на ломтики по яйцу. Когда мясо обжарится, посыпать его солью и мелко нарезанным зеленым луком (если яичница приготовлена без лука).

591. ЯИЧНИЦА С КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ

0,5 кг картофеля, ½ ст. ложки масла, 8 яйца, 1 сельдь, соль, немного молока, сухари.

Из вареного картофеля, небольшого количества молока, растопленного масла, соли приготовить пюре и хорошо растереть его. Посуду для запеканки смазать маслом и посыпать сухарями, выложить картофельное пюре, сделать в нем углубления и в каждое из них положить масло и выпустить яйцо, обложить вокруг кусочками сельди и запекать в духовке.

На стол подается в той же посуде.

592. ОМЛЕТ (ВЗБИТАЯ ЯИЧНИЦА)

4 яйца, 2 ст. ложки молока или воды, 1 ст. ложка масла, соль.

Выпустить в миску яйца, посолить, добавить молоко или воду взбить. Часть массы вылить на горячую сковороду с маслом и жарить на сильном огне, поворачивая сковороду. Когда омлет начнет сгущаться, согнуть его пополам, поджарить и выложить в нагретую тарелку. Из всей приготовленной массы сделать 3—4 омлета.

Полить растопленным маслом и подать на стол.

593. ОМЛЕТ С ЛУКОМ

4 яйца, 2 ст. ложки молока или воды, соль, 1 ст. ложка масла, зеленый лук.

Массу для омлет а приготовить так же, как указа но выше (592). добавить мелко нарезанный зеленый лук и жарить на хорошо разогретой сковороде с маслом. Когда омлет еще не совсем зажарен, согнуть его пополам.

Подать к столу с растопленным маслом.

594. ОМЛЕТ С СЕЛЬДЬЮ

4 яйца, 2 ст. ложки молока или воды, ½ сельди, 1 луковица, 1 ст. ложка масла.

Замоченную с вечера и вымоченную сельдь очистить от кожи и костей, разрезать на кусочки или мелко порубить. Взбить яйца с молоком, добавите рубленую сельдь, поджаренный на масле мелко нарезанный лук или зеленый лук и жарить на горячей сковороде с маслом.

При подаче к столу каждый омлет согнуть пополам или свернуть.

595. ОМЛЕТ С СЫРОМ

4 яйца, 2 ст. ложки молока, 50 г голландского, плавленого или другого сыра, 1 ст. ложка масла или маргарина, соль.

Яйца взбить с молоком и солью, добавить натертый сыр, вылить на сковороду с разогретым маслом или маргарином и зажарить омлеты. К концу жаренья омлеты согнуть пополам.

При приготовлении омлета с сыром во взбитую яичную массу можно добавить 50 граммов накрошенной вымоченной в молоке и отжатой булки.

596. ОМЛЕТ С КОЛБАСОЙ

4 яйца, 2 ст. ложки молока или воды, 2 ст. ложки масла, маргарина или сала, 100 г колбасы, вареной ил и копченой ветчины или печенки, соль.

Взбить яйца с молоком и с солью. Колбасу, вареный или копченый окорок или вареную печенку нарезать тонкими ломтиками, поджарить на сале или масле и залить их взбитой яичной массой. К концу жаренья каждый омлет согнуть пополам и подать к столу.

597. ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ

4 яйца, 2 ст. ложки молока, 4 шт. моркови, 2 ст. ложки масла, соль.

Разрезанную на 4 части морковь тушить и протереть через сито Взбить яйца с молоком и с солью, смешать их с протертой морковью, выложить на сковороду или лист с разогретым маслом и запечь в духовке. Выпеченный омлет разрезать, полить маслом, сметанным (721) или томатным (719) соусом.

Таким же способом можно приготовить омлет с капустой. Капусту тушить, перемешать со взбитыми яйцами и запечь в духовке.

598. ОМЛЕТ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ

4 яйца, 2 ст. ложки молока, 2 ст. ложки масла, соль.

Для мясного фарша: 100 г колбасы, копченой или вареной ветчины, вареной печенки или вареной говядины.

Взбить яйца с молоком и с солью и изжарить омлеты.

Колбасу, ветчину или печенку нарезать тонкими ломтиками, поджарить с жиром, положить по ломтику на середину каждого омлета и загнуть его края так, чтобы с концов виднелась начинка.

599. ОМЛЕТ С ОВОЩНЫМ ФАРШЕМ

4 яйца, 2 ст. ложки молока, 2 ст. ложки масла, маргарина или сала, соль.

Для овощного фарша: 3 шт. моркови, 1 стакан свежего зеленого горошка, ½ ст. ложки масла, мука, сахар, соль, сметана.

Вымытую морковь разрезать на тонкие кружочки, положить в кастрюлю, налить немного воды и тушить. Когда морковь наполовину утушится, добавить масло, горошек и тушить, пока овощи не станут мягкими. Затем добавить поджаренную муку, сахар, соль, сметану, перемешать и еще немного потушить.

Из масла, муки, воды и сахар а можно приготовить белый соус (715) и залить им овощи.

На одну из половин каждого омлета положить по 2 ложки тушеных овощей и накрыть этот фарш другой половиной омлета или положить овощи на середину омлета, а оба края загнуть так, чтобы с концов виднелся фарш.

Таким же способом можно приготовить фарш только из моркови или только из зеленого горошка. На каждого человека берется 1 стакан горошка. Фарш можно также приготовить из шпината, спаржевой фасоли или тушеных грибов.

600. ОМЛЕТ С ГРИБАМИ

4 яйца, 2 ст. ложки молока, 100 г грибов, 1 ст. ложка сметаны, ½ ст. ложки масла, соль, перец.

Промытые свежие грибы отварить в воде, откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Затем нарезать грибы продолговатыми тонкими кусочками, добавить масло, соль, перец, сметану и тушить.

Зажарить омлеты, положить на них грибной фарш, завернутъ и полить маслом.

601. ОМЛЕТ СО ШПИНАТОМ

4 яйца, 500 г шпината, 3 ст. ложки масла, ½ ст. ложки пшеничной муки, соль, перец, сахар по вкусу, 1 ст. ложка сметаны, 2 ст. ложки молока.

Обмытые листья шпината отварить в подсоленной воде и откинуть на дуршлаг. Затем протереть через сито, добавить растопленное масло, муку, сметану, соль, сахар, перец и, помешивая, тушить. Утушившийся шпинат положить на приготовленные омлеты, завернуть их и полить маслом.

602. ОМЛЕТ С ПОМИДОРАМИ

4 яйца, 2 ст. ложки молока, 4 помидора, 2 ст. ложки масла, соль, перец.

Обмытые свежие помидоры нарезать ломтиками и поджарить на масле. Добавить перец, соль, осторожно перемешать, положить на омлеты, омлеты завернуть и полить маслом.

603. ЯЙЦА, ЗАПЕЧЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ

4 яйца, 2 ломтика белого хлеба, 1 ст. ложка масла, 50 г голландского сыра, соль, 1 стакан белого соуса.

Нарезать белый хлеб квадратными кусочками и поджарить с маслом на небольшой сковороде. Сверху положить очищенные от скорлупы некруто сваренные яйца («в мешочке»), залить горячим и не очень густым молочным соусом (725), посыпать натертым голландским сыром и запекать в духовке.

К столу подать на той же сковороде, полив яйца маслом.

Выложенные на сковороду яйца можно кругом обложить тушеными овощами: спаржей, пюре из шпината, залить молочным соусом, посыпать сыром и запекать в духовке.

604. ЯИЧНИЦА ВЗБИТАЯ С ИКРОЙ

2 яйца, щучья икра, ½ ст. ложки масла, 2 ст. ложки молока, соль.

Снять с икры пленку, нарезать икру кусками и поджарить на масле. Затем залить ее яйцами, взбитыми с солью и молоком, поджарить, слегка помешивая, и подать на стол.

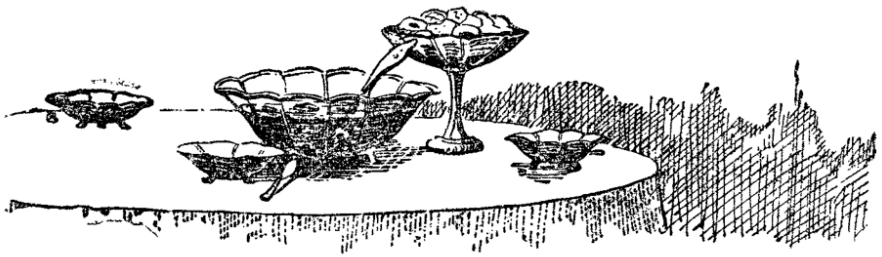
605. КОТЛЕТЫ ИЗ ЯИЦ

5 яиц, 2 ст. ложки манной крупы или 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, ½ стакана сухарей, соль, ½ стакана сметаны для соуса.

Сварить в крутую 4 яйца, очистить, порубить, смешать с густой манной кашей или с белым (715) соусом, добавить соль, желток, все перемешать, разделать котлеты, смочить яичным белком, обвалять в сухарях и поджарить на сковороде с маслом.

Яичные котлеты подаются к столу со сметаной, со сметанным (721) или томатным (719) соусом.

СЛАДКИЕ БЛЮДА



Сладкие блюда должны гармонировать с основным и блюдами. Если второе блюдо очень питательное, то на третье можно подать фрукты или ягоды, а если второе блюдо овощное, то на сладкое следует дать мучное блюдо с маслом, сливками, яйцами.

Для приготовления сладких блюд чаще всего употребляются следующие продукты: сахар, фрукты, ягоды, сливки, мука и крупа.

Сладкие блюда бывают холодные и горячие. К холодным сладким блюдам относятся компоты, кисели, желе, муссы, кремы, мороженое, всевозможные фрукты и ягоды. К горячим сладким блюдам принадлежат пудинги, разные сладкие мучные блюда.

Летом следует употреблять возможно больше фруктов и ягод в сыром виде, так как в них содержится много витаминов.

КОМПОТЫ

Компоты приготовляют из свежих или сушеных фруктов и ягод. Кроме фруктов и ягод, для компотов употребляются сахар и разные пряности: корица, гвоздика, лимонная и апельсиновая корка (из готового компота их вынимают).

Наиболее полезны компоты из свежих фруктов, которые не варят, а только заливают сиропом. В таком компоте сохраняются все витамины.

Для варки компота следует очистить яблоки или груши от кожицы, разрезать на части (дольки) и удалить сердцевину с семенами. Чтобы очищенные фрукты не потемнели, их надо до варки положить в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Затем фрукты погружают в кипящий сироп и варят при слабом кипении.

Некоторые сорта яблок и груш очень быстро разваривaются; поэтому их не следует варить, а лишь залить горячим сиропом, сваренным с пряностями, и оставить в сиропе до охлаждения. Таким же способом приготовляют компот из персиков, абрикосов и слив. Их предварительно разрезают пополам и вынимают косточки, а затем заливают горячим сиропом.

Для приготовления компота из вишни, земляники, клубники и других ягод необходимо предварительно перебрать их, промыть в холодной воде и залить охлажденным сиропом. Варить ягоды не следует.

Апельсины и мандарины очищают от кожицы, разделяют на дольки и заливают охлажденным сиропом. Для вкуса можно добавить немного вина.

Если компот варят из сушеных фруктов, то их предварительно перебирают, а затем сортируют, отделяя яблоки и груши, так как они варятся 35—40 минут, а остальные фрукты — 15—20 минут. Перебранные фрукты хорошо промывают в теплой воде. Затем их заливают горячей водой и варят. При варке сушеные фрукты очень разбухают, и поэтому посуду не надо наполнять доверху. Сваренные фрукты вынимают, складывают в компотницу, а в жидкость всыпают сахар, пряности, еще немного варят и заливают фрукты.

Фрукты в компоте должны быть целые, неразваренные, а сироп должен быть прозрачным, красивого цвета, сладким и иметь приятный запах.

606. КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК И ГРУШ

3—4 яблока или груши, 2/3 стакана сахара, 3 стакана воды, палочка корицы и 2 гвоздики.

Очищенные яблоки разрезать на 6—8 долек и удалить сердцевину. Чтобы яблоки не потемнели, их нужно до варки положить в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой.

В кастрюлю положить кожуру от яблок, пряности, налить воду, варить 10 минут и процедить через сито. В полученную жидкость добавить сахар, вскипятить, положить приготовленные яблоки. Варить на слабом огне 5—8 минут, пока яблоки не станут мягкими. Затем остудить. Для улучшения вкуса в готовый компот можно добавить немного вина. Чтобы компот получился красивого цвета, можно добавить жженый сахар.

Компот из груш приготовляют так же, как яблочный компот. Вкусный компот получается из смеси фруктов и ягод: яблок с грушами, груш с вишнями, яблок со сливами и т. д.

Очень спелые и мягкие яблоки и груши варить не следует. Их достаточно очистить, разрезать, положить в кастрюлю, залить кипящим сиропом, накрыть крышкой и оставить до охлаждения.

607. КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ВИШНЯМИ

3 яблока, 1½ стакана вишен, 1 стакан сахара, пряности, 3 стакана воды, 1 чайная ложка крахмала

Очищенные и разрезанные на дольки яблоки положить в кипящий сироп с пряностями и немного поварить. Затем добавить чайную ложку крахмала, разведенного водой, довести до кипения, положить вишни и, сняв с огня, охладить.

608. КОМПОТ ИЗ ВИШЕН С ГРУШАМИ

2½ стакана вишен, 8 груш, 1½ стакана сахара, пряности, 4 стакана воды.

Вишни перебрать, вынуть косточки. Приготовить сироп из 2 стаканов воды и ½ стакана сахара. В кипящий сироп всыпать вишни, снять с огня и оставить до охлаждения.

Очистить груши, разрезать пополам, удалить сердцевину. Варить их в сиропе, приготовленном из остального сахара и воды.

Вишни положить в компотницу, обложить кругом сваренными грушами. Процедить оба сиропа, слить вместе и варить до тех пор, пока сироп не станет достаточно густым. Остудить и залить сиропом сваренные фрукты.

609. КОМПОТ ИЗ ВИШЕН

3 стакана вишен, 1 стакан сахара, пряности, 3 стакана воды.

Вишни очистить от косточек и засыпать ½ стакана сахара. Залить косточки холодной водой, добавить сахар, пряности, варить 5—10 минут, затем процедить. Горячим сиропом залить вишни и оставить до охлаждения.

610. КОМПОТ ИЗ КРЫЖОВНИКА

2 стакана зеленого крыжовника, 1 стакан сахара, пряности, неполная ст. ложка крахмала, 3 стакана воды.

Крыжовник очистить и промыть. Сварить сахарный сироп с пряностями, положить крыжовник и немного поварить. Долго варить крыжовник не следует, так как он быстро лопается и теряет свой вид. Когда компот закипит, влить крахмал, разведенный водой. Чтобы компот приобрел лучший цвет, можно добавить немного ягодного сока или красного вина.

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД

Для компота из свежих ягод употребляют землянику, клубнику, чернику, малину. Ягоды перебрать и промыть. Сложив их в вазочку, залить горячим сиропом, сваренным с пряностями. К столу подать совсем остывшим.

Этот компот можно также приготовить иначе. Промытые ягоды засыпать сахаром и оставить на ночь.

Таким же способом можно приготовить компот из разных ягод. С вечера ягоды сложить в вазочку рядами (чтобы получился какой-нибудь узор) и засыпать сахаром.

611. КОМПОТ ИЗ РЕВЕНЯ

2 стакана нарезанных стеблей ревеня, 1 стакан сахара, пряности (корица, гвоздика, лимонная корка), 1 ст. ложка крахмала, 3 стакана воды.

Всыпать в воду сахар и пряности, недолго поварить и процедить. Стебли ревеня промыть, очистить от кожицы и волокон, нарезать небольшими кусочками, положить в кипящий сироп и варить, пока ревень не станет мягким. Варить следует не при сильном кипении, так как ревень быстро разваривается. Затем влить разведенный водой крахмал и подогреть. Компот снять с огня и оставить до охлаждения.

612. ЯБЛОКИ И ГРУШИ В СИРОПЕ

3 яблока, 3 груши, 1 стакан сахара, 50 г вина, 1 литр воды, пряности.

Яблоки и груши очистить от кожицы, круглым ножом вырезать сердцевину с семенами. Фрукты положить в слегка подкисленный лимонной кислотой кипяток и варить 10—15 минут, пока они не станут мягкими.

Затем фрукты выбрать сеточкой и положить в вазу. В отвар положить кожицу, сахар, пряности, варить 10 минут, процедить и охладить. Затем добавить в сироп вино и залить фрукты.

613. КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ

2 стакана разных сушеных фруктов, 1 стакан сахара, корица, гвоздика, 3—4 стакана воды, апельсиновая корка.

Фрукты промыть в холодной воде и отделить темные от светлых.

В воду всыпать ½ стакана сахара, довести до кипения. Прежде всего сварить в этой жидкости светлые фрукты — яблоки, груши и пр. Вынуть их из этой жидкости сварить темные фрукты — сливы, вишни и пр. Все сваренные фрукты положить в стеклянную посуду. В сироп добавить остальной сахар, пряности и дать прокипеть. Затем сироп процедить и залить им фрукты.

614. КИСЕЛЬ ИЗ КОМПОТА

1½ стакана сушеных фруктов для компота, 1 стакан фруктового сока, 5 стаканов воды, 1 стакан сахара, ½ стакана вина, 2 г корицы, 5 шт. гвоздики, 1 стакан картофельного крахмала, сливки.

Фрукты промыть. Вскипятить воду, положить сахар и варить фрукты каждого сорта отдельно (прежде светлые, затем темные). Когда все фрукты готовы, вынуть их. Добавить в сироп сахар, пряности, недолго варить, затем процедить, снова немного вскипятить, влить разведенный водой картофельный крахмал и варить в течение 5 минут. Затем добавить сок, вино и размешать.

Форму смочить водой, посыпать сахаром и, положив в нее ряд фруктов, залить киселем и охладить. Затем положить еще один ряд фруктов и так далее, пока не будут положены все фрукты. После охлаждения опрокинуть на блюдо и подать к столу со сливками.

КИСЕЛИ

Кисели приготовляют из свежих или сушеных фруктов, ягод, разных соков, сиропов, молока, какао, кофе и других продуктов. В кисель кладут сахар и картофельный крахмал. Для приготовления молочного и миндального киселей можно употреблять кукурузный крахмал, так как он придает киселю более нежный вкус. В качестве пряностей для фруктовых и ягодных киселей употребляют корицу, гвоздику, апельсиновую корку.

Для улучшения вкуса молочного киселя употребляют ваниль.

Пряности кладутся в самом начале варки. Немного поварив, отвар процеживают, а пряности остаются с выжимками.

Кисели делятся на густые, средней густоты и полужидкие. Густой кисель по приготовлении следует разлить в формы и охладить; кисель средней густоты чаще подается в чашках холодным, а чтобы на поверхности киселя не образовалась пленка, его посыпают сахарным песком. Полужидкий кисель можно употреблять в качестве соуса.

Густота киселя зависит от количества положенного крахмала. На 1 стакан густого киселя берут 15 г крахмала, для киселя средней густоты — 10 г, а для полужидкого — 5—8 г. Крахмал перед завариванием киселя нужно развести холодной водой или остуженным отваром. Чтобы крахмал не свернулся в куски, его следует влить в горячую, но не кипящую воду и немного поварить, если готовят густой кисель, или же только дать закипеть, если готовят жидкий кисель. От долгой варки кисель становится тягучим.

Лучше всего выглядят густые кисели, когда они застывают в форме. Чтобы кисель был густым, его следует варить в течение 5 минут, затем разлить в формы, смоченные кипяченой водой и посыпанные сахаром. Когда кисель застынет, форму с ним опрокидывают на тарелку или вазу, поливают каким-либо соком или фруктово-ягодным сиропом. К густому киселю можно подать подслащенное молоко, сливки или маковое молоко.

615. ГУСТОЙ КЛЮКВЕННЫЙ КИСЕЛЬ

2 стакана клюквы, 5 стаканов воды, 1 стакан сахара, 1 стакан крахмала; пряности: корица, гвоздика, апельсиновая корка.

Клюкву перебрать, промыть, залить холодной водой и подогревать пока ягоды не полопаются, затем процедить. Если хотят, чтобы кисель был прозрачным, ягоды протирать не следует. В противном случае ягоды можно протереть через сито. Выжимки от ягод сварить с пряностями, процедить, положить сахар и размешать. Стакан этого отвара охладить и развести в нем крахмал. Весь остальной отвар вскипятить и, помешивая, влить разведенный крахмал. Прокипятив 5 минут, размешать, влить выжатый раньше сок, вылить кисель в приготовленную форму и охладить.

К этому киселю подается подслащенное молоко.

616. ГУСТОЙ КИСЕЛЬ ИЗ КРАСНОЙ СМОРОДИНЫ, ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ И БРУСНИКИ

3 стакана ягод, 4 ст. ложки крахмала, 1—1½ стакана сахара, 4 стакана воды, пряности.

Кисель из этих ягод варят так же, как клюквенный кисель (615). Ягоды должны быть спелые и сочные.

617. КИСЕЛЬ ИЗ ЗЕМЛЯНИКИ, КЛУБНИКИ, МАЛИНЫ И ЧЕРНИКИ

3 стакана ягод, 3 ст. ложки крахмала, 1 стакан сахара, 4 стакана воды, пряности.

Ягоды перебрать, промыть холодной водой, протереть через частое волосяное сито. Сок слить в отдельную посуду. Выжимки залить кипятком, немного поварить, затем процедить. В процеженный отвар положить сахар, добавить пряности и снова поварить. Затем процедить, еще раз дать закипеть и, помешивая, влить разведенный холодной водой крахмал. Довести до кипения, затем влить отжатый сок.

Если кисель недостаточно кислый, можно добавить лимонной кислоты.

618. ГУСТОЙ КИСЕЛЬ ИЗ ВИШЕН

2 стакана ягод, 1 стакан сахара, 3 ст. ложки крахмала, 3 стакана воды.

Вишни промыть холодной водой, вынуть косточки. Посыпать вишни сахаром и оставить стоять 1 час, изредка перемешивая, чтобы вышел весь сок. Затем слить сок в стеклянную банку. Косточки залить кипятком, варить 5 минут и процедить. В полученный отвар всыпать сахар, положить ягоды и варить еще несколько минут. Чтобы сохранился красивый цвет, можно добавить немного лимонной кислоты. Затем процедить, приготовленную жидкость снова вскипятить и влить в нее разведенный холодной водой крахмал и сок.

619. КИСЕЛЬ ИЗ КРЫЖОВНИКА

0,5 литра крыжовника, 3 стакана воды, 3 ст. ложки крахмала, 1 стакан сахара, 1 палочка ванили.

Очищенный крыжовник промыть, залить водой, всыпать сахар, положить ваниль и варить, помешивая, чтобы он не подгорел. Когда ягоды станут мягкими, протереть их через сито. Отвару дать еще раз закипеть, влить разведенный водой крахмал и довести до кипения. Киселю можно придать красивый цвет, добавив жженый сахар.

Охладить и подать с подслащенными сливками или молоком.

620. КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ СЛИВ

1 литр слив, 4 ст. ложки крахмала, 1 стакан сахара, 4 стакана воды.

Свежие сливы промыть, вынуть из них косточки. Засыпать сливы сахаром. Косточки залить кипятком, кипятить 5—10 минут, затем процедить. Полученной жидкостью залить сливы, затем варить сливы летних сортов 10 минут, а осенних — 15 минут. Потом протереть сливы через сито, добавить остальной сахар, вскипятить, влить разведенный холодной водой крахмал и варить 5 минут.

621. КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК

5 яблок, 4 ст. ложки крахмала, 1 стакан сахара, 4 стакана воды.

Яблоки обмыть, разрезать на тонкие дольки, положить в кастрюлю, залить кипятком и варить до готовности. Когда яблоки разварятся, процедить через густое сито. Яблоки протереть, смешать пюре с отваром, прибавить сахар и дать закипеть, затем влить разведенный холодной водой крахмал, довести до кипения и охладить.

622. КИСЕЛЬ ИЗ СУШЕНЫХ ЯБЛОК

2 стакана сушеных яблок, 1 стакан сахара, 4 ст. ложки крахмала, 4 стакана воды.

Сушеные яблоки промыть холодной водой, положить в кастрюлю, залить кипятком, накрыть крышкой и оставить на 2 часа, чтобы яблоки набухли и стали мягкими. Затем полчаса варить в этой же воде, протереть через сито, добавить сахар, дать еще раз закипеть, влить разведенный холодной водой крахмал и варить 5 минут.

623. КИСЕЛЬ ИЗ МАРМЕЛАДА

2/3 стакана мармелада, ½ стакана сахара, 2 ст. ложки крахмала, 3 стакана воды.

Мармелад залить горячей водой и, добавив сахар, хорошо размешать. Варить 5 минут, затем процедить через сито. Еще раз дать закипеть, влить разведенный холодной водой крахмал и подогревать 5 минут.

624. МОЛОЧНЫЙ (ВАНИЛЬНЫЙ) КИСЕЛЬ

1 литр молока, ½ стакана сахара, 2 ст. ложки кукурузного или картофельного крахмала, 1 палочка ванили.

Вскипятить молоко с ванилью и прибавить сахар. Развести крахмал холодным молоком и, помешивая, влить в кипящее молоко. Немного поварить, вылить в приготовленную форму и охладить.

Подавая к столу, кисель следует опрокинуть на мелкую тарелку, налить немного ягодного сока (чтобы он покрыл не весь кисель). В соуснике отдельно подать фруктовый или ягодный сок.

625. КИСЕЛЬ ИЗ ЖЖЕНОГО САХАРА

1 литр молока, ½ стакана сахара, 3 ст. ложки крахмала, ягодный сок.

Вскипятить молоко. В отдельной посуде приготовить 1 столовую ложку жженого сахара, развести его, влить в кипящее молоко и хорошо размешать. Затем добавить остальной сахар, дать закипеть, влить разведенный холодным молоком крахмал и еще раз вскипятить. Затем охладить и, выложив из формы, подать к столу с соком.

626. КИСЕЛЬ ИЗ КВАСА

1 литр кваса, 1 стакан сахара, 2 ст. ложки картофельного крахмала, корица.

Вскипятить пол-литра кваса с сахаром и корицей. В остальном пол-литре кваса развести крахмал и, помешивая, влить в кипящий квас. Недолго варить, влить в приготовленную форму и охладить.

Вкусный кисель можно приготовить из яблочного кваса, а также из хлебного и других видов кваса,

Х л е б н ы й к в а с. Способ приготовления этого кваса описан в разделе холодных супов (1.63).

Я б л о ч н ы й к в а с. На 2 литра яблочного сока — 10 г дрожжей, 4 литра кипяченой воды, 1 стакан сахара.

Яблочный сок развести холодной кипяченой водой, добавить сахар, растертые с сахаром дрожжи. Поставить на 24 часа в теплое место для брожения. Готовый квас разлить в бутылки и употреблять как напиток или для приготовления киселя.

627. КИСЕЛЬ ИЗ КРАСНОГО ВИНА

1 стакан красного вина, ½ стакана сахара, 3 ст. ложки крахмала, 3 стакана воды.

Вино развести горячей водой, всыпать сахар, вскипятить. Влить разведенный холодной водой крахмал и подогревать 5 минут. Если кисель недостаточно кислый, можно добавить немного лимонной кислоты.

628. КИСЕЛЬ ИЗ КАКАО

1 ст. ложка какао или 50 г шоколада, ½ стакана крахмала, 3 стакана молока, ½ стакана сахара, палочка ванили.

Вскипятить молоко с ванилью. Какао хорошо размешать с сахаром (если употребляется шоколад, то натереть его) и положить в молоко.

Затем дать молоку снова закипеть, влить разведенный холодным молоком кукурузный или картофельный крахмал, недолго варить. Вылить в приготовленную форму. Охлажденный кисель выложить из формы и подать с подслащенным молоком, со сливками или с каким-либо вареньем.

Так же приготовляют кисель из кофе и подают его с подслащенным молоком.

ЖЕЛЕ

Желе приготовляют из фруктовых и ягодных соков или отваров, ликеров, виноградных вин, молока. Желе делают с сахаром и на желатине.

Для приготовления желе берут 5—7 г (2—3 листика) желатина на 1 стакан сока. Желатин предварительно 30 минут размачивают в холодной воде, чтобы он набух. Затем, выбрав из воды, его отжимают рукой, кладут в горшок, заливают водой или соком, ставят горшок в кастрюлю с кипящей водой и, помешивая, нагревают, пока желатин не распустится. Потом его выливают в приготовленный сок. Чтобы желе стало прозрачным, его осветляют взбитым яичным белком. С этой целью в горячий сок с желе вливают слегка взбитый белок, смешанный с равным количеством холодной воды, и подогревают до тех пор, пока белок не свернется. Затем жидкость следует процедить.

Форму смочить водой, посыпать сахаром, вылить в нее желе и охладить.

Перед подачей к столу желе следует опрокинуть из формы. Чтобы было легче выбрать желе, форму с ним нужно ненадолго погрузить в горячую воду, затем вытереть форму и накрыть ее тарелкой. Придерживая тарелку рукой, форму быстро опрокидывают.

629. ЖЕЛЕ ИЗ КЛЮКВЫ ИЛИ СМОРОДИНЫ

2 стакана ягод, 1 стакан сахара, 30 г желатина, 4 стакана воды, пряности.

Ягоды промыть, отжать из них сок и поставить в холодное место. Выжимки залить горячей водой, положить пряности и варить в течение 10 минут. Затем процедить, всыпать в отвар сахар, снова вскипятить, снять пену. Добавить подготовленный желатин, влить в смесь сырой ягодный сок, хорошо размешать, процедить или осветлить яичным белком, как было указано выше.

Когда желе станет прозрачным, вылить его в приготовленную форму и охладить.

630. ЖЕЛЕ МАЛИНОВОЕ

3 стакана малины, 1 стакан сахара, 30 г желатина, 4 стакана воды.

Ягоды промыть, отжать сок. Вскипятить воду с сахаром, добавить подготовленный желатин, влить сырой ягодный сок и, хорошо размешав, охладить в форме.

631. ЖЕЛЕ ВИШНЕВОЕ

3 стакана вишен, 1 стакан сахара, 30 г желатина, 4 стакана воды.

Вишни промыть, отжать сок. Выжимки положить в кастрюлю, залить горячей водой, всыпать сахар, вскипятить и процедить. Добавить подготовленный желатин, влить сырой вишневый сок и, осветлив желе, как указано выше, охладить его.

632. ЖЕЛЕ ЛИМОННОЕ

2 лимона, 4 стакана воды, 1½ стакана сахара, 25 г (10 листиков) желатина.

Вскипятить воду с сахаром, положить туда лимонную корку и прокипятить. Сняв с огня, влить предварительно выжатый из лимонов сок, процедить. Затем влить подготовленный желатин и охладить.

Для улучшения цвета можно прибавить жженый сахар.

ЖЕЛЕ С ЯГОДАМИ

Любые спелые ягоды или их смесь положить в форму, залить желе и охладить. Затем, опрокинув, выложить из формы и украсить кремом из сливок (912).

ЯБЛОКИ В ЖЕЛЕ

Очистить несколько яблок и специальным круглым ножиком выбрать сердцевину. Сварить яблоки в воде с сахаром. Затем начинить середину какими-нибудь ягодами, положить яблоки в глубокую вазу, залить желе, приготовленным из любого фруктового сока, и охладить.

633. ЖЕЛЕ МОЛОЧНОЕ

½ литра молока, 10 шт. горького миндаля, ½ стакана сладкого миндаля, 2/3 стакана сахара, 20 г желатина.

Миндаль залить горячей водой, накрыть посуду и оставить на 45 минут. Затем вынуть миндаль из воды и удалить кожуру. Отжатый миндаль измельчить в ступке, понемногу прибавляя холодной воды, пока не получится однородная масса. Молоко довести до кипения, смешать с приготовленной миндальной массой, добавить подготовленный желатин, сахар и, помешивая, подогревать пару минут. Затем немного остудить, вылить в форму и охладить.

634. ЖЕЛЕ ШОКОЛАДНОЕ

50 г шоколада, 1 ст. ложка какао, 3 стакана молока, ½ стакана сладкого миндаля, 15 шт. горького миндаля, 2/3 стакана сахара, 20 г желатина.

Очищенный миндаль измельчить в ступке, всыпать вместе с сахаром в молоко и подогреть. Затем процедить, миндаль протереть через сито и снова положить в молоко.

Молоко разделить на 2 части. Одну часть подогреть и ввести в молоко разведенный шоколад, какао и подготовленный желатин, а в другую — только желатин. Охладив, влить в форму следующим образом: сначала — слой белой жидкости, затем, когда этот слой застынет, налить слой шоколадного молока и так далее.

К этому желе подается фруктовый сок.

635. ЖЕЛЕ КОФЕЙНОЕ

1 ложка натурального кофе, 2 стакана воды, 2 стакана сливок, 3 желтка, 20—25 г (9—10 листиков) желатина, 1 полная до краев чайная ложка цикория, 1 стакан сахара, 3 белка.

Вскипятить 2 стакана воды, всыпать цикорий, варить в течение 5 минут, затем всыпать кофе. Снять кастрюлю с огня, накрыть ее и оставить на 20 минут, затем процедить.

Хорошо растереть желтки с сахаром (до образования пышной массы), залить кипящими сливками и, помешивая, подогреть до сгущении. Затем влить кофе, подготовленный желатин и добавить взбитые белки. Перемешать, вылить в формочки или в чашки для кофе и охладить.

Сверху положить по ложке взбитых сливок.

636. КОМПОТ В ЖЕЛЕ

1½ стакана сушеных фруктов для компота, 2/3 стакана сахара, 1 стакан фруктового сока, 5 стаканов воды, 25—30 г желатина, корица, гвоздика, ½ литра сливок.

Промытые фрукты сварить в воде с небольшим количеством сахара (каждый сорт в отдельности, начиная со светлых), затем положить в в форму. После того, как фрукты вынуты, всыпать в отвар остальной сахар, пряности, поварить немного и процедить. Затем добавить подготовленный желатин, влить фруктовый сок и хорошо размешать.

В форму положить ряд фруктов и полностью залить его приготовленной жидкостью. Когда желе застынет, положить второй ряд фруктов, снова залить жидкостью и так далее. Охладить, перед подачей к столу опрокинуть из формы на блюдо.

Отдельно подать взбитые или невзбитые сливки.

637. ЖЕЛЕ ИЗ РЕВЕНЯ

2 стакана нарезанного ревеня, апельсиновая цедра, 1 стакан сахара, 1 стакан сливок, 2 ст. ложки сахарной пудры, 3 шт. гвоздики, 3—4 стакана воды, араковые капли, 25—30 г (10—12 листиков) желатина.

Ревень промыть, очистить от кожицы и волокон; нарезать квадратиками, положить в кипящую воду с небольшим количеством сахара и варить (не следует переварить). Вынуть ревень, в отвар добавить остальной сахар, пряности и немного поварить. Процедить, затем ввести подготовленный желатин.

В форму положить ряд ревеня и залить приготовленной жидкостью. Когда желе застынет, положить еще ряд ревеня, залить жидкостью, дать застыть и так далее.

Опрокинутое из формы желе украсить взбитыми сливками с сахарной пудрой.

МУССЫ

Мусс — это взбитое до образования густой пены желе. Муссы можно приготовить из разных соков. Для них берут немного меньше желатина, чем для желе, а именно: на 1 стакан сока берут 2,5—5 г (1—2 листика) желатина.

Подготовленный желатин вливают в сок, охлаждают до 35° и взбивают до образования густой пены. Полученную пену наливают в смоченную водой и посыпанную сахаром форму и охлаждают. Опрокинутый из формы мусс украшают ягодами или фруктами и подают с соком или сладким соусом.

638. МУСС КЛЮКВЕННЫЙ

1 стакан клюквы, ½ стакана сахара, 15—20 г желатина (8 листиков) 2 стакана воды, пряности.

Из клюквы выжать сок. Выжимки клюквы, сахар с водой и пряностями вскипятить, процедить. Добавить ранее выжатый сок и подготовленный желатин.

Охладить, затем в холодном помещении (или поставив посуду на лед) взбивать мусс до образования густой пены.

Выложить в форму, охладить.

Перед подачей к столу опрокинуть из формы на блюдо и полить подслащенным соком.

Мусс из других ягод приготовляется таким же образом, как клюквенный мусс.

639. МУСС ЛИМОННЫЙ

2 лимона, 1 стакан сахара, 3 стакана воды, 15—20 г (8 листиков) желатина.

Из лимонов выжать сок. Воду с сахаром и лимонной цедрой прокипятить, процедить, добавить подготовленный желатин и лимонный сок. Охладить и взбивать до образования пышной густой массы. Эту массу вылить в приготовленную форму и охладить. Перед подачей к столу опрокинуть из формы на блюдо и украсить ягодами.

640. МУСС ХЛЕБНЫЙ

300 г высушенного хлеба, 5 стаканов воды, 1½ стакана сахара, 20—25 г (8—10 листиков) желатина, корица, гвоздика.

Хлебные сухари запарить горячей водой и оставить на 10—15 минут. Затем процедить, в жидкость добавить пряности, сахар, прокипятить, снова процедить, влить подготовленный желатин. Охладить, затем взбивать, пока жидкость не превратится в густую пену. Охладить в форме. Опрокинуть из формы, подать с фруктовым или ягодным соком.

641. МУСС НА МАННОЙ КРУПЕ (БЕЗ ЖЕЛАТИНА)

2 стакана ягод, 2—2½ стакана воды, 100 г сахара, ½ стакана манной крупы.

Отжать сок; выжимки от яблок, абрикосов, клюквы или других ягод залить горячей водой, добавить сахар, вскипятить, затем процедить. Снова вскипятить, всыпать струйкой манную крупу и, постоянно помешивая, варить 5 минут. Приготовленную жидкую кашицу охладить до 30°, влить в нее отжатый сок, поставить посуду на лед и взбивать до образования густой пенообразной массы.

Мусс на манной крупе подают к столу с подслащенными фруктово-ягодными соками и сиропами.

642. МУСС ИЗ РЕВЕНЯ

2 стакана ревеня, 1 стакан сахара, 1—1½ стакана воды, 15—20 г (8—10 листиков) желатина, пряности.

Ревень промыть, очистить от кожицы и волокон, нарезать, залить водой, положить сахар, пряности и варить, пока ревень совершенно разварится. Потом процедить и добавить предварительно замоченный желатин. охладить, а затем взбить. Вылить в форму и охладить.

Перед подачей к столу форму опрокинуть на тарелку. К муссу подать подслащенное молоко с ванилью или сливки.

КРЕМЫ

Кремы приготовляют из жирных сливок с добавлением яиц, молока, сахара, фруктов и желатина, а также разных эссенций.

Некоторые кремы приготовляют с желатином, другие — без него. Если крем приготовлен без желатина, его следует сразу кушать, так как от долгого стояния он становится водянистым — оседает. Крем, приготовленный с желатином, надо влить в форму и охладить. Такой крем сохраняется дольше.

643. КРЕМ СЛИВОЧНЫЙ

2 стакана сливок, ½ стакана сахарной пудры, араковые капли.

Сливки должны быть свежие и жирные (содержать не менее 25% жира). Поставить их на несколько часов в холодное помещение или на лед. Взбивать сливки на холоду до образования пышной густой пены. В пену всыпать сахарную пудру, добавить араковые капли, размешать. Выложить крем ложкой на тарелку, придав ему форму конуса, и украсить разными ягодами.

Крем можно подкрасить клюквенным соком или жженым сахаром.

644. КРЕМ ПЕСТРЫЙ

I ч а с т ь: ½ литра сливок, 8 г (3 листика) желатина, араковые капли.

II ч а с т ь: 100 г шоколада, 1 ст. ложка какао, 1½ стакана молока, 8 г (3 листика) желатина, 3 желтка, 5 ст. ложек сахарной пудры.

Сливки взбивать на холоду до образования густой пены, прибавить предварительно замоченный желатин, араковые капли и перемешать.

Молоко вскипятить, добавить растопленный шоколад, какао. Заварить этой смесью растертые с сахаром желтки и подогреть. Затем добавить предварительно замоченный желатин, охладить, взбивать до образования густой пены.

Форму смочить водой, посыпать сахаром. Класть в нее поочередно ложку белого крема, затем ложку шоколадного, пока не будет положен весь крем, или же вливать его отдельными слоями. Охладить. Когда крем застынет, форму опрокинуть на тарелку и украсить печеньем.

645. КРЕМ ЯИЧНЫЙ

6 яиц, 2/3 стакана сахара, 15 г (6 листиков) желатина, 2 лимона.

Яичные желтки растереть с сахаром до образования пышной массы, добавить предварительно замоченный желатин, взбитые белки и выжатый из лимона сок. Хорошо перемешать, влить в приготовленную форму и охладить.

Опрокинуть из формы на тарелку, украсить ломтиками лимона или какими-либо ягодами.

646. КРЕМ КОФЕЙНЫЙ

2 стакана сливок, 1 стакан молока, 1 стакан крепкого кофе, 3 яйца, 1 стакан сахара, 20 г (8 листиков) желатина.

Желтки растереть с сахаром. Вскипятить молоко со сливками, влить в него кофе, размешать и заварить растертые желтки. Помешивая, довести до кипения (не дать закипеть). Затем влить предварительно подготовленный желатин, охладить и взбивать до загустения. Вылить в форму и охладить.

647. «СНЕЖКИ» ИЗ БЕЛКОВ

½ литра сливок, ½ литра молока, палочка ванили, 6 яиц, 2/3 стакана сахара, 15—20 г (6—8 листиков) желатина.

Сливки, молоко и ваниль вскипятить. Желтки растереть с сахаром, заварить горячим молоком со сливками и, помешивая, подогревать. Затем влить подготовленный желатин, охладить и взбивать в холодном помещении до образования густой пены. Перемешать со взбитыми белками и охладить в форме.

648. КРЕМ ЛИМОННЫЙ

5 яиц, 1 стакан сахара, 2 лимона, 15 г (6 листиков) желатина, 1 стакан сливок.

Желтки с сахаром растереть до образования пышной массы. Влить выжатый из лимонов сок, добавить взбитые в пену сливки, взбитые белки, подготовленный желатин и лимонную цедру. Хорошо перемешать, влить в форму и охладить.

ПУДИНГИ И ЗАПЕКАНКИ

Пудинги приготовляются из яиц, сахара, творога, мака, риса и других продуктов. Пудинги можно варить в специальных формах или выпекать. Форму надо смазать маслом и посыпать сухарями, выложить в нее приготовленную массу (заполнить не более 2/3 объема формы), накрыть крышкой, поставить в другую посуду с кипящей водой и варить около 1 часа. Сваренный пудинг отстает от краев формы. Когда пудинг сварится, его снимают с огня, но до подачи к столу не вынимают из формы.

Перед подачей к столу пудинг опрокинуть из формы на тарелку или на блюдо.

Пудинги можно также выпекать в огнеупорной стеклянной посуде. Дно формы смазать маслом, посыпать белыми сухарями, заполнить приготовленной массой не более 2/3 объема формы. Выпекать в открытой форме, не перемещая ее, чтобы пудинг не осел. Выпеченный пудинг отстает от краев формы.

Пудинги подаются к столу в горячем виде со сладкими соусами или ягодными соками.

649. ПУДИНГ РИСОВЫЙ

4 яйца, 2 ст. ложки масла, 1/3 стакана сахара, ½ стакана изюма, 1½ стакана молока, 1 палочка ванили, 1½ стакана фруктового сока, 100 г риса.

Молоко с ванилью вскипятить, добавить масло, рис и варить, пока рис не разварится. Растереть желтки с сахаром, положить в них сваренный рис, промытый изюм, взбитые белки, перемешать. Выложить массу в подготовленную форму и варить 1 час или выпекать в духовке 15—20 минут.

Подать с фруктовым соком.

650. ПУДИНГ ХЛЕБНЫЙ

4 яйца, ½ стакана сахара, ½ стакана черных хлебных сухарей, ½ стакана молока или сливок, 100 г картофельного крахмала, корица, гвоздика.

Для соуса с вином: 1 стакан вина, 1/4 стакана воды, 3 желтка. 1/3 стакана сахара, араковые капли.

Желтки растереть с сахаром. Мелко растолченные хлебные сухари хорошо смешать с молоком или сливками, чтобы они набухли, затем соединить их с растертыми желтками. Перемешать, ввести взбитые белки, крахмал, молотые пряности и осторожно перемешать. Затем выложить в приготовленную форму для пудинга и выпекать или варить.

К пудингу подать соус с вином, который приготовляется следующим образом.

В кипящую воду влить вино. Желтки растереть с сахаром, заварить их вином, добавить араковые капли и взбить в пену.

Соус приготовить перед самой подачей к столу.

651. ПУДИНГ ИЗ ЯБЛОК С РИСОМ

1 стакан риса, 1/3 стакана сахара (в рис), 2 стакана молока, 1 ст. ложка масла, соль, 4 кислых яблока, ½ стакана сахара (в яблоки), ½ стакана изюма, ½ чайной ложки корицы, 1 ст. ложка сухарей, 1 яйцо.

Рис промыть. В кипящее молоко положить рис, масло, соль, сахар и варить, пока рис не разварится. В сваренный рис добавить изюм.

Яблоки очистить, мелко нарезать, всыпать сахар, корицу и хорошо перемешать. В приготовленную форму для пудинга класть поочередно слоями вареный рис и приготовленные яблоки. Сверху смазать яйцом, положить масло, посыпать сухарями и выпекать.

652. ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ

2 стакана творога, 1 стакан сахара, 4 яйца, 2 ст. ложки масла, ½ стакана изюма, 3 ст. ложки белых сухарей, корица.

Масло с творогом хорошо растереть. Отдельно растереть желтки с сахаром. В творог положить растертые желтки, изюм, молотую корицу, растолченные белые сухари и взбитые белки. Перемешать, выложить массу в форму для пудинга и выпекать или варить 1 час.

Пудинг едят с растопленным маслом, посыпая сахаром с корицей. Его можно также подать с соусом.

653. ПУДИНГ БРУСНИЧНЫЙ

½ литра брусники, 2 ст. ложки масла, 4 яйца, 6 ст. ложек сахара, ½ стакана сладкого миндаля, 3 ст. ложки муки.

Масло хорошо растереть, добавлять по одному желтку, по ложке сахара и растирать, пока не будут растерты все желтки. В приготовленную массу добавить очищенный и размолотый миндаль, промытую бруснику, взбитые белки, муку, осторожно перемешать, выложить в форму для пудинга и варить. Так же приготовляют пудинги и из других ягод.

БЛЮДА ИЗ ЯБЛОК

654. ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ

8 яблок, ½ стакана сахара, 1 чайная ложка корицы.

Для сиропа: 1/3 стакана сахара, 1½ стакана воды, палочка корицы.

Яблоки вымыть, удалить сердцевину (яблоки не проколоть насквозь). В образовавшееся углубление насыпать сахар, смешанный с корицей, сверху побрызгать водой или завернуть яблоко во влажную бумагу и выпекать 15—20 минут.

Из воды с сахаром и корицей сварить сироп и подать к печеным яблокам.

655. ЯБЛОКИ ТУШЕНЫЕ

8 яблок, 2/3 стакана сахара, 1½ стакана воды, корица.

Из воды с сахаром и корицей сварить сироп. Яблоки очистить от кожицы, разрезать на дольки, положить в огнеупорную стеклянную посуду для запеканки, залить сиропом и тушить в духовке 10 минут.

656. ЯБЛОКИ В БЕЛКЕ

8 яблок, 2/3 стакана сахарной пудры, 4 белка, корица.

Д л я с о у с а: 1½ стакана молока или сливок, 4 желтка, 3 ст. ложки сахара, ваниль.

Очистить яблоки и удалить сердцевину. Положить яблоки в кипящую воду и отварить. Вынуть из воды, положить в посуду для пудинга.

Взбить белки, прибавить сахарную пудру, смешанную с корицей, обложить этой массой яблоки и запекать в слабом жару 15 минут.

С о у с. Сливки или молоко вскипятить с ванилью, заварить растертые с сахаром желтки и подогреть. Затем соус охладить и подать к печеным яблокам.

657. ЯБЛОКИ В ВИНЕ

6 яблок, 1/4 стакана клубничного варенья, ½ стакана сахара, 10 капель арака, 3 ст. ложки изюма, корица, апельсиновая цедра, 50 г сладкого миндаля, ½ стакана вина.

Яблоки очистить и удалить сердцевину. В воду положить сахар и пряности, немного поварить, добавить яблоки и слегка отварить их, чтобы они не разварились. Отваренные яблоки выложить в стеклянную посуду, углубления в них начинить вареньем или порубленным сладким миндалем с сахаром. Отвар, в котором варились яблоки, варить еще 30 минут. Снять с огня, положить в отвар нарезанный миндаль, изюм, цедру, влить вино и этим соусом залить яблоки.

658. ЗАПЕКАНКА ИЗ БУЛКИ С ЯБЛОКАМИ

500 г булки, 3 желтка, 1 стакан сливок или молока, 1 стакан сахара, корица, апельсиновая цедра, 8 яблок, 250 г груш или слив, 1 яйцо для смазывания, масло.

Срезать с булки корку. Нарезать булку ломтиками и замочить во взбитых с желтками сливках или молоке. Форму для запеканки смазать маслом и ломтиками булки выстлать ее края и дно.

Яблоки вымыть, очистить, мелко нарезать, перемешать с сахаром, цедрой и корицей и выложить на середину формы. Сверху положить ломтики булки, смазать их яйцом, украсить грушами или сливами и запекать 30 минут.

Запеканку обсыпать сахарной пудрой и подать на стол в той же посуде. К ней подается жидкое варенье или фруктовый сок.

659. ЗАПЕКАНКА ИЗ РЖАНОГО ХЛЕБА

2 стакана натертых ржаных сухарей, 1 стакан сливок или молока, 1 стакан сахара, 2 ст. ложки масла, корица, гвоздика, 1 кг яблок, 1 яйцо, сахарная пудра.

Натертые сухари из ржаного хлеба смешать со сливками или с молоком и дать им набухнуть.

Масло растереть, добавить замоченные хлебные сухари, пряности, часть сахара и хорошо перемешать. Яблоки очистить, мелко нарезать, смешать с сахаром, гвоздикой и корицей.

Форму для запеканки смазать маслом и класть слоями поочередно хлебную массу и яблоки. Сверху украсить дольками яблок, смазать яйцом и выпекать 30 минут.

Готовую запеканку обсыпать сахарной пудрой и подать к столу с подслащенным молоком или фруктовым соком.

660. ЗАПЕКАНКА ИЗ РИСА С ЯБЛОКАМИ

1 стакан риса, 3 стакана молока, 6 кислых яблок, ½ стакана сахара, 1 ст. ложка масла, соль, 4 ст. ложки изюма, 1 г корицы, 1 яйцо, сухари.

Промытый рис варить 10 минут на воде, затем воду слить, влить молоко, добавить масло, соль и варить, пока рис не разварится. В хорошо разварившийся рис положить изюм.

Яблоки очистить, мелко нарезать, добавить сахар, корицу и перемешать.

Форму для пудинга смазать маслом и посыпать сухарями. Класть в нее слоями поочередно рис и яблоки. Сверху смазать яйцом, взбитым с молоком, полить маслом, обсыпать сухарями и запекать. При подаче к столу опрокинуть на мелкую тарелку. Отдельно подать ягодный сок.

661. ЯБЛОЧНЫЙ МУСС (ЗЕФИР)

0,5 кг кислых яблок, 2/3 стакана сахара, 3 белка, ½ лимона, ананасовые капли, 1½ стакана сливок или молока, 2 ст. ложки сахара, лимонная корка.

Печеные яблоки протереть через сито, охладить, добавить сахар, лимонный сок, ананасовые капли, белки и взбивать. Затем выложить на блюдо, украсить печеньем и вареньем.

Подать со сливками или фруктовым соком. В сливки положить сахар и лимонную корку. Спустя некоторое время корку вынуть и подать сливки на стол.

662. ЗЕФИР ЯБЛОЧНЫЙ СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ

5 яблок, ½ стакана сахара, 3 белка, ½ лимона, араковые капли, 1 стакан густых сливок, 2 ст. ложки сахарной пудры, ванильные капли, 1 стакан клубники.

Яблоки испечь, протереть через сито, добавить сахар, белки, лимонный сок, араковые и ванильные капли и взбивать до образования пышной массы.

Сливки взбивать до образования густой пены, всыпать сахарную пудру, добавить взбитую яблочную массу, перемешать, выложить в соответствующую посуду, украсить клубникой и подать на стол.

663. ЗЕФИР ИЗ СЛИВОК

3 стакана густых сливок, 1 стакан сахарной пудры, ванильные капли, 1 стакан протертой клубники, слив или других ягод.

Охлажденные сливки в холодном помещении взбить в пену, добавить сахарную пудру, ванильные капли, протертые ягоды и перемешать. Затем красиво уложить в соответствующую посуду, украсить ягодами и охладить.

МОРОЖЕНОЕ

Мороженое приготовляется из сливок, молока, яиц, сахара, фруктовых или ягодных соков. В сливочное или молочное мороженое можно добавить изюм, орехи, фисташки, кофе, шоколад, какао и пряности, придающие мороженому приятный вкус и запах.

Фруктовое мороженое делают из фруктовых или ягодных соков, сиропов.

Мороженое приготовляют в специальных мороженицах, которые вращают механически или вручную. Во внутренний сосуд (форму) мороженицы выливают приготовленную и охлажденную массу. Форму наполняют не более чем до половины, затем накрывают крышкой и обкладывают колотым льдом с солью. Чем больше соли, тем быстрее застывает масса. Лед надо уплотнить, затем вращать мороженицу. Потом снять крылья формы, разровнять поверхность мороженого и накрыть крышкой. Оставить в форме на 2 часа, чтобы мороженое хорошо застыло.

Качество мороженого зависит от качества продуктов. Чем больше в массе жиров, тем лучше получается мороженое: в нем более мелкие кристаллики льда и лучше структура.

Перед подачей на стол форму с мороженым ненадолго погрузить в теплую воду, затем вытереть сосуд и опрокинуть мороженое на блюдо.

Украсить печеньем, вафлями или ягодами.

Мороженое можно также подать порциями по 100 или 150 граммов. К нему подают фруктовый сок.

Ягодное или фруктовое мороженое можно при подаче на стоя полить вокруг ликером или десертным вином.

664. МОРОЖЕНОЕ СЛИВОЧНОЕ

½ литра сливок, ½ литра молока, 5 желтков, 2/3 стакана сахара, 1 палочка ванили.

Молоко, сливки и ваниль прокипятить. Желтки растереть с сахаром, заварить сливками с молоком и, помешивая, подогревать, чтобы масса сгустилась (не дать закипеть). Ваниль вынуть, массу охладить и вылить в форму мороженицы. Вращать, пока масса не застынет.

665. МОРОЖЕНОЕ МОЛОЧНОЕ

1 литр молока, 3 яйца, 2/3 стакана сахара, 1 палочка ванили.

Молоко с ванилью вскипятить. Желтки растереть с сахаром, заварить молоком и, помешивая, подогревать (не дать закипеть). Ваниль вынуть. Охладить, вылить массу в форму мороженицы и вращать.

Для мороженого можно использовать и яичные белки. Вместе с желтками растереть их с сахаром. В молочное мороженое можно добавить изюм. Его следует промыть и, кончая вращать, положить в мороженое.

666. МОРОЖЕНОЕ ШОКОЛАДНОЕ

1 литр молока, 100 г шоколада, 5 желтков, 2/3 стакана сахара, 1 ст. ложка какао, 1 палочка ванили.

В кипящее молоко положить ваниль, растопленный шоколад, какао и варить 5 минут. Желтки растереть с сахаром, заварить молоком с шоколадом. Нагревать массу до тех пор, пока она не сгустится. Затем охладить, влить в форму мороженицы и вращать, пока не застынет.

667. МОРОЖЕНОЕ С ОРЕХАМИ

½ литра молока, 3 яйца, 2/3 стакана сахара, ½ стакана орехов.

Орехи вылущить, порубить или пропустить через машинку для миндаля и высушить в духовке. Затем растолочь их в ступке, заварить горячим молоком и немного поварить. Сняв с огня, этой массой заварить растертые с сахаром яйца и подогреть. Затем охладить, влить в форму мороженицы и вращать.

МОРОЖЕНОЕ ФРУКТОВОЕ

Фруктовое мороженое можно приготовлять из сока разных фруктов и ягод. Лучший вкус имеет мороженое из ароматных ягод, например малины, земляники. Сок разбавить водой, добавить по вкусу сахар, пряности и немного поварить.

Охладить, вылить в форму мороженицы и вращать. Когда мороженое застынет, оставить его в форме не менее чем на 2 часа.

668. МОРОЖЕНОЕ ЯГОДНОЕ СО СЛИВКАМИ

2 стакана сливок, 4 желтка, 1 стакан сахара, 1 стакан протертых ягод.

Желтки растереть с сахаром, заварить горячими сливками и подогревать, чтобы масса сгустилась (не дать закипеть), затем охладить.

Очищенную и промытую землянику или другие ягоды протереть через сито, смешать с остывшей массой, вылить ее в форму мороженицы и вращать.

669. МОРОЖЕНОЕ ЯБЛОЧНОЕ ИЛИ ГРУШЕВОЕ

8 яблок или груш, ½ литра воды, 2 стакана сахара, ½ стакана шампанского.

Яблоки или груши очистить, мелко нарезать, налить ½ литра воды, варить до размягчения, затем протереть через сито. В полученную массу добавить сахар и вскипятить. Сняв с огня, влить ½ стакана шампанского или другого вина, охладить, влить в форму мороженицы и вращать.

670. МОРОЖЕНОЕ СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ (ПЛОМБИР)

2 стакана молока, 1 стакан сахара, 4 желтка, 1 палочка ванили, 1 стакан густых сливок, 100 г фруктового варенья или цукатов, ликер.

Молоко с ванилью вскипятить. Желтки растереть с сахаром и заварить их молоком. Подогревать (не дать закипеть), затем охладить, влить в форму мороженицы и вращать. Когда мороженое станет густым как сметана, добавить сливки, взбитые в густую пену, фруктовое варенье без сока или цукаты, все перемешать и охладить.

Выложенное на блюдо мороженое полить вокруг ликером.

СЛАДКИЕ МУЧНЫЕ БЛЮДА

Сладкие мучные блюда обычно подаются после недостаточно питательного обеда. Их легко приготовить, и поэтому они имеют широкое применение.

671. ОЛАДЬИ НА ДРОЖЖАХ С ВАРЕНЬЕМ ИЛИ САХАРОМ

2 стакана муки, 10 г дрожжей, 2 яйца, ½ стакана сахара, 1½ стакана молока, корица, соль.

Дрожжи растереть с сахаром, разбавить подслащенным молоком, добавить 1/3 муки, перемешать и поставить в теплое место, чтобы тесто подошло. Затем положить в тесто растертые с сахаром желтки, взбитые белки, корицу, муку, соль, хорошо выбить и дать тесту вторично подняться. Брать подошедшее тесто ложкой, класть его на сковороду с хорошо разогретым салом или маслом и жарить.

Оладьи подать с вареньем или сахаром.

672. ОЛАДЬИ С ЯБЛОКАМИ

Очистить 6 яблок, круглым ножиком удалить сердцевину, яблоки нарезать тонкими круглыми ломтиками. Для оладий приготовить тесто на дрожжах (671). Выпекая оладьи, положить на каждую из них по ломтику яблока и поджарить с обеих сторон.

Готовые оладьи положить рядами на блюдо, посыпать сахаром и подать к столу.

673. ОЛАДЬИ БИСКВИТНЫЕ

5 яблок, 3 яйца, 2/3 стакана муки, ½ стакана сахара, 2 ст. ложки масла, корица.

Желтки растереть с сахаром, добавить взбитые белки, муку, очищенные и мелко нарезанные яблоки, перемешанные с сахаром и корицей. Хорошо перемешать и жарить оладьи на разогретом масле. Готовые оладьи посыпать сахарным песком или сахарной пудрой.

674. БЛИНЧИКИ

2 яйца, 2 стакана муки, 3 стакана молока, 2 ст. ложки масла, 1 чайная ложка сахара, соль.

Добавив в желтки немного соли и молока, взбить их, затем положить сахар, муку и, подливая понемногу молоко, выбивать тесто. Затем ввести взбитые белки и осторожно перемешать. Тесто должно быть жидковатым. Разогретую сковороду смазать салом, налить ложку теста, поворачивая сковороду так, чтобы тесто разлилось по всей сковороде ровным и тонким слоем. Поджарить блинчик только с одной стороны.

Выпеченные блинчики начиняют творогом, яблоками или ягодами.

На обжаренную сторону каждого блинчика положить какую-нибудь начинку, завернуть в виде треугольника, конверта или рулета и поджарить на масле. При подаче к столу посыпать сахаром.

Для начинки из творога: 1 стакан творога, 1 яйцо, ½ стакана сахара.

Творог хорошо растереть, всыпать сахар, добавить яйцо и все хорошо растереть. В творог можно добавить изюм, так как он значительно улучшает вкус.

Для начинки из яблок: 6 яблок, ½ стакана сахара, ½ чайной ложки корицы.

Яблоки очистить, нарезать маленькими дольками, смешать с корицей и сахаром, затем тушить. Дать остыть и начинить блинчики.

Для начинки из ягод лучше всего густое варенье или мармелад из разных фруктов или ягод. Если для начинки берут свежие ягоды, их следует перемешать с сахаром.

БЛИНЧАТЫЙ ПИРОГ

Выпечь блинчики (674), поджарив их обеих сторон. Посуду для запеканки жирно смазать маслом и класть поочередно блинчики и творожную или яблочную начинку. Сверху должен быть блинчик. Обложить его дольками яблок (если яблочная начинка), посыпать сахаром, обложить кусочками масла и запекать в духовке 20—30 минут. Пирог подать в той же посуде.

Подается с соусом из ягодного сока.

675. ВАФЛИ

4 яйца, ½ стакана сахара, 2 ст. ложки масла, 1½ стакана муки, 1 стакан сливок, немного соли, 1 ст. ложка масла для жаренья.

Для крема: 1½ стакана густых сливок, сахарная пудра, араковые капли.

Масло хорошо растереть, добавить растертые с сахаром желтки снова растереть, добавить муку, сливки, взбитые белки, осторожно перемешать, и посуду с тестом поставить в холодную воду.

Вафельницу нагреть с обеих сторон, смазать маслом, налить в нее пару ложек теста. Форму закрыть и обжарить вафли сперва с одной, потом с другой стороны.

Сливки взбить в густую пену, всыпать сахарную пудру, влить араковые капли и перемешать.

Брать по две остывшие вафли, одну из них смазать взбитыми сливками, а другой накрыть. Вафли подать к столу с соусом из ягодного сока.

676. КАША МАННАЯ С ФРУКТОВЫМ СОКОМ

1½ литра молока, 1½ стакана манной крупы, ½ стакана сахара, 1 ст. ложка масла, соль, ягодный сок или варенье, корица.

Молоко вскипятить, добавить масло, соль и сахар и, помешивая, понемногу всыпать манную крупу. Варить до тех пор, пока крупа не разварится. Затем выложить на блюдо, сверху посыпать сахаром с корицей. Подать с фруктовым соком.

677. КАША РИСОВАЯ СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ

½ литра молока, 1 стакан риса, 1 ст. ложка масла, 3 ст. ложки изюма, 2 ст. ложки сахара, 1 палочка ванили, немного соли.

Для сливочного крема: 2 стакана густых сливок, ½ стакана сахарной пудры, 10 капель арака.

Молоко вскипятить, добавить ваниль, отваренный в воде рис, масло, сахар, соль и варить до размягчения риса. В сваренный рис добавить изюм, перемешать, выложить в форму и дать застыть.

Взбить в пену сливки, смешать с сахарной пудрой и араковыми каплями.

При подаче к столу рис опрокинуть из формы, а кругом обложить взбитыми сливками.

678. ЗАПЕКАНКА ХЛЕБНАЯ

1 стакан сметаны, ½ стакана черных хлебных сухарей, 2/3 стакана сахара, 3 желтка, 4 белка, лимонная цедра.

Для соуса: 1 стакан сливок, 1 чайная ложка сахара, араковые капли.

Желтки растереть с сахаром. Черные сухари размолоть, смешать со сметаной и ложкой класть в растертые желтки. Затем ввести взбитые белки, лимонную цедру, перемешать, выложить в смазанную маслом и посыпанную сухарями форму для запеканки и запекать.

К столу подать в горячем виде в той же посуде. Кушать с подслащенными сливками.

Примечание. Некоторые из сладких мучных блюд описаны в разделе «Мучные блюда», например вареники с черникой, вареники с начинкой из вишен или яблок, запеканка из саго (570) и др.

ГОРЯЧИЕ НАПИТКИ

679. КОФЕ

25 г кофе, 8 г цикория, ½ стакана сахара, 1½ стакана молока, 1½ ста кана воды.

Молотый натуральный кофе смешать с цикорием (на 3 части кофе — 1 часть цикория). Кофе всыпать в кипящую воду или погрузить в воду маленький мешочек с кофе. Немного подогреть на огне в закрытой посуде затем снять с огня и дать настояться в горячем месте. Отдельно подать горячее кипяченое молоко или сливки и сахар.

680. ЧЕРНЫЙ КОФЕ

Черный кофе приготовляется так же, как указано выше (679), но более крепким. На 1 стакан воды взять 1½ чайные ложки молотого кофе.

К черному кофе подается крупник, ликер, коньяк и разные изделия из сладкого теста.

КОФЕ СО ВЗБИТЫМИ СЛИВКАМИ

Сварить натуральный черный кофе (680) и положить сахар. При подаче к столу наполнить чашки на 2/3 объема и в каждую чашку добавить по столовой ложке взбитых сливок.

681. КАКАО

1 стакан молока, 1 чайная ложка какао, 2 чайные ложки сахара.

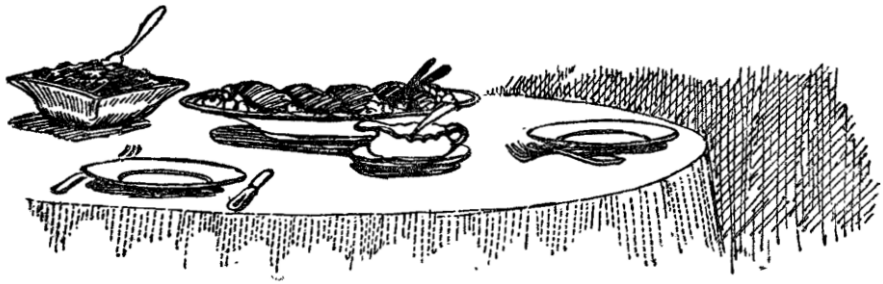
Какао размешать с сахаром, влить немного молока и снова размешать, чтобы не было комков. Затем какао влить в горячее молоко и вскипятить.

682. ШОКОЛАД

1 стакан молока, 1 чайная ложка тертого шоколада, 1—2 чайные ложки сахара.

Натертый шоколад смешать с сахаром, влить немного горячего молока и хорошо растереть. Приготовленный таким образом шоколад влить, помешивая, в горячее молоко и подогреть, но не дать закипеть.

СОУСЫ



Соусы делают пищу более вкусной, украшают ее, придают сочность и питательность. Соусы следует правильно сочетать с блюдами. К малоароматным блюдам из вареного мяса подают более острые соусы: соус из хрена, томатный, красный и др. К блюдам, содержащим мало белков и жиров, например овощным, подают сметанный и масляный соусы.

Соусы подразделяются на две основные группы — горячие и холодные. Горячие соусы подаются к горячим блюдам, а холодные — к закускам.

В этом разделе дается также описание приготовления студня, маринадов, закусочного масла и масляных масс, которые употребляются для улучшения вкуса блюд.

ХОЛОДНЫЕ СОУСЫ

683. СОУС ИЗ УКСУСА И РАСТИТЕЛЬНОГО МАСЛА

4 ст. ложки уксуса (3%), 2 ст. ложки хорошего растительного масла, молотый перед, соль и сахар по вкусу.

Уксус, растительное масло, соль, молотый перец и сахар смешать. Если уксус крепче 3-процентного, его надо разбавить кипяченой водой.

Соус употребляется в качестве приправы к разным салатам.

684. СОУС ТОМАТНЫЙ

2 ст. ложки густого томатного пюре, 2—3 ст. ложки подсолнечного масла, 1 луковица, ½ ст. ложки муки, молотый перец, уксус, ½ чайной ложки сахара, соль по вкусу.

Муку поджарить на масле, чтобы она зарумянилась, добавить мелко нарезанный лук, томатное пюре, снова немного поджарить, разбавить горячей водой или бульоном, растереть, а если образовались комки — протереть через сито. Добавить соль, уксус, сахар и перец, подогреть и довести до кипения. Соус должен быть негустым.

Этот соус можно приготовить и без муки. Лук поджарить с растительным маслом, добавить томатное пюре, снова поджарить, разбавить горячей водой, добавить соль, уксус, сахар, молотый перец, дать закипеть. Когда остынет, добавить мелко нарезанный зеленый лук или зелень укропа.

685. СОУС СМЕТАННЫЙ

½ стакана сметаны, 1—2 ст. ложки уксуса (3%), молотый перец, сахар и соль по вкусу.

Растереть сметану, добавить немного молотого перца, уксус, соль и сахар по вкусу.

Этот соус можно приготовить с яичным желтком. Желток крутого яйца растереть с небольшим количеством приготовленной горчицы, разбавить сметаной, добавить соль, уксус, сахар, молотый перец.

686. СОУС ИЗ СМЕТАНЫ С ХРЕНОМ

½—1 стакан сметаны, ½—1 стакан натертого хрена, 5 горошин душистого перца, 1 лавровый лист, сахар, соль и уксус по вкусу.

Воду 10 минут кипятить с лавровым листом и перцем, затем добавить по вкусу уксус, соль и сахар, еще раз вскипятить, процедить и горячим маринадом залить натертый хрен. Когда хрен набухнет, маринад сцедить и хрен смешать со сметаной.

Если хотят чтобы соус застыл, хрен надо еще раз откинуть на дуршлаг или со взбитой сметаной смешать сухой хрен и добавить немного распущенного желатина.

Такой соус можно выложить в маленькие формочки или стаканчики и поставить на лед для сгущения. Выложенным из формочек хреном украшают студень, жаркое из молотого мяса или рыбные блюда.

687. СОУС ИЗ СМЕТАНЫ С ГОРЧИЦЕЙ

1 стакан сметаны, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка приготовленной горчицы, соль, уксус, сахар.

Растереть горчицу с растительным маслом и, понемногу подливая, добавить сметану. Затем добавить по вкусу соль, уксус сахар.

Соусом заправляют сельдь, вареные яйца и салаты.

688. СОУС ГОРЧИЧНЫЙ

2 яйца, 1 ст. ложка приготовленной горчицы, 4 ст. ложки растительного масла, молотый перец, уксус, соль и сахар по вкусу.

Желтки сваренных вкрутую яиц протереть через сито и растереть с приготовленной горчицей и растительным маслом, прибавляя по вкусу уксус, соль, сахар, перец. Добавить мелко нарубленный яичный белок.

Этим соусом поливают сельдь, салаты.

689. ГОРЧИЦА

100 г горчицы в порошке, 2—3 ст. ложки уксуса (9%), ½ чайной ложки сахара, 1 чайная ложка соли, молотый перец, молотая корица и гвоздика, немного растительного масла.

Горчицу в порошке протереть через сито, всыпать в эмалированную миску, залить небольшим количеством кипятка, хорошо растереть и, помешивая, нагревать до загустения. Затем добавить кипяток (не растирать) и оставить на 12 часов. На следующий день воду слить, добавить соль, сахар, уксус, растительное масло, немного молотого перца, корицу, гвоздику и хорошо растереть. Масса должна быть негустой и острой на вкус. Приготовленную горчицу переложить в стеклянную посуду, плотно закрыть или накрыть пергаментной бумагой и завязать.

Перед подачей к столу переложить в горчичницу. Подается к разным мясным блюдам.

690. ГОРЧИЦА С ТОМАТОМ

200 г томатного пюре, 2—3 ст. ложки растительного масла, 1 чайная ложка сахара, 1—2 ст. ложки приготовленной горчицы, уксус и немного соли.

Томатное пюре поджарить с растительным маслом, охладить, добавить горчицу, соль, уксус, сахар и перемешать. Подается вместо хрена к мясным: блюдам.

В случае отсутствия томатного пюре его надо приготовить из свежих помидоров. 1 кг нарезанных свежих помидоров положить в кастрюлю и тушить, затем протереть через сито и снова варить до загустения. Чтобы пюре дольше сохранилось, надо добавить в него соль, влить в бутылку и залить растительным маслом. Такое пюре можно использовать для приготовления супов и соусов.

ХРЕН С УКСУСОМ

Очищенный, промытый и натертый хрен положить в банку и сразу накрыть, чтобы он не почернел. Если уксус крепкий, надо разбавить его кипяченой водой, затем добавить по вкусу соль, сахар, перемешать до растворения и залить натертый хрен.

Хрен можно подкрасить следующим образом: пару ложек натертой вареной свеклы залить разбавленным уксусом и оставить на полчаса. Затем уксус слить, процедить, добавить в жидкость соль, сахар и залить натертый хрен.

Приготовленный хрен следует хранить в плотно закрытой посуде. При подаче к столу хрен переложить в хренницу. Подается к разным мясным и рыбным блюдам.

691. МАЙОНЕЗ (ОСНОВНОЙ СОУС)

125 г хорошего очищенного растительного масла (больше половины стакана), 1 желток, ½ чайной ложки приготовленной горчицы, 2 ст. ложки лимонного сока или уксуса (3%), ½ чайной ложки сахара, соль по вкусу.

Сырой желток, горчицу и соль хорошо растереть деревянной ложкой в глиняной или эмалированной миске, затем тонкой струйкой вливать масло. Когда масса начнет густеть, добавить, не переставая растирать, несколько капель лимонного сока или уксуса. Затем влить остальное масло, добавить по вкусу уксус, сахар и, если нужно, соль. Хорошо приготовленный майонез должен быть таким густым, как сметана.

Майонез не всегда удается приготовить достаточно густым. Продукты, предназначенные для соуса, следует несколько часов подержать на кухне, чтобы они не были холодными и были одной и той же температуры. Если майонез не удается и получается слишком жидким, нужно его переделать. Взять ½ желтка, ½ чайной ложки приготовленной горчицы, 3—4 капли холодной воды и растирать до тех пор, пока масса не начнет густеть. Затем в нее, не переставая растирать, понемногу вливать неудавшийся соус. Неудавшийся соус можно также сгустить, прибавив к нему белый соус. Для этого ½ столовой ложки муки надо поджарить с ½ столовой ложки растительного масла, разбавить небольшим количеством бульона, растереть, поварить, протереть через сито или выжать через марлю, охладить и смешать с майонезом.

Майонез легче приготовить из вареного желтка. В этом случае желток следует протереть через сито, чтобы не было комков. Дальше поступают так же, как при изготовлении майонеза из сырого желтка.

Из основного майонеза можно приготовить разные другие майонезы: майонез со сметаной, с хреном, со студнем и т. д. Приготовление этих соусов несложно.

Майонез со сметаной приготовляют из основного майонеза, добавив хорошую сметану в количестве 1/2—1/3 его веса. Для вкуса добавляется горчица, уксус, сахар, белый перец.

Майонез с хреном приготовляют из основного майонеза или из майонеза со сметаной, добавив натертый хрен.

Майонез со студнем приготовляют из основного майонеза, добавив еще не застывший мясной или рыбный бульон для студня (1 часть майонеза, 2 части мясного (692) или рыбного (693) бульона для студня). Таким соусом можно украсить вареного поросенка, рыбу, фаршированные помидоры. Этот соус можно

взбить в пену.

692. СТУДЕНЬ МЯСНОЙ (ЖЕЛЕ)

(на 1 литр студня)

1 кг мяса с костями (говядины, свинины, телятины) или 1 кг костей, крылышек, лапок и голов птицы, ½ моркови, ½ луковицы, ½ корня петрушки, 1/4 сельдерея, 1 лавровый лист, 5 горошин душистого перца, 2 гвоздики, соль по вкусу, 1—2 белка, 4—8 листиков (2—4 чайные ложки) желатина.

Студень приготовляют из прозрачного бульона, содержащего большое количество желатинных веществ. Для студня обычно используют тот бульон, в котором варилось мясо. За неимением такого бульона мясной бульон варят из мяса с костями (как указано в рецептуре), добавив коренья и приправы.

Сваренный для студня бульон нужно тщательно приготовить, то есть дать ему хорошо застыть, добавить желатин, а если бульон мутный — осветлить его белком. Для этого с бульона снимают жир, бульон процеживают, 10—15 минут дают отстояться, после чего осторожно сливают. Затем в бульон добавляют замоченный в холодной воде желатин и, помешивая, нагревают до растворения желатина.

Для осветления бульона добавляют взбитый белок, разбавленный одним стаканом охлажденного бульона (можно прибавить немного лимонной кислоты или уксуса), и, размешав, бульон медленно кипятят в закрытой посуде. Затем бульон сразу снимают с огня, дают ему 10 минут отстояться и осторожно, оставляя на дне осадок, процеживают через салфетку.

Если бульон получается непрозрачным, его надо вторично осветлить.

Приготовленный таким образом бульон следует охладить. Он должен застыть в студень. Студень используется для холодных мясных блюд.

Студень вкуснее, если в него добавлено меньше желатина. Мясной студень из свиной кожи приготовляется без желатина.

К блюдам из птицы бульон для студня приготовляют точно так же, как из свинины, говядины или телятины, но берут кости, головы, крылышки и лапки птицы.

693. СТУДЕНЬ РЫБНЫЙ (ЖЕЛЕ)

(на 1 литр студня)

1 кг рыбьих костей, голов, плавников или мелкой рыбы, ½ моркови, 1 луковица, ½ корня петрушки, 1 лавровый лист, 5 горошин душистого перца, соль по вкусу, 1—2 яичных белка (для осветления), 4—8 листиков (2—4 чайные ложки) желатина.

Бульон для рыбного студня приготовляется таким же образом, как для мясного студня. Студень можно приготовить из бульона, в котором варилась рыба, или же из бульона, сваренного из отходов рыбы. При приготовлении бульона для студня из отходов рыбы, рыбьи кости, кожу, голову (удалив жабры), плавники надо промыть, залить холодной водой и, прибавив коренья и пряности, варить на слабом огне 1½—2 часа. Затем дать бульону отстояться, процедить, добавить замоченный желатин и, помешивая, подогревать до растворения желатина. Бульон, как и для мясного студня, осветляют белком. Вместо белка для осветления рыбного бульона можно взять 60 г свежей рыбьей икры. Ее растирают с измельченным луком и осветляют бульон таким же образом, как яичным белком.

Если бульон готовят из большего количества рыбы, студень застывает и без добавления желатина.

УКСУС

В пищу лучше всего употреблять плодово-ягодный уксус домашнего приготовления. Для приготовления уксуса можно использовать плоды и ягоды худшего качества (яблоки, крыжовник, смородину и др.). Их нужно пропустить через мясорубку, а косточковые растолочь, для уменьшения кислоты разбавить водой, затем отжать сок. Потом добавить сахар (на 1 литр разбавленного сока взять 100—150 г сахара), влить в бутыль или другой открытый сосуд и поставить бродить при доступе воздуха на 2—3 недели. Образовавшуюся на поверхности белую пленку не следует трогать. По истечении этого времени уксус сцедить с осадков, разлить его в меньшие бутылки, не очень крепко закупорить и поставить на 2—3 месяца в прохладное место для вызревания. Уксусом можно пользоваться продолжительное время, если бутылки залиты сургучом.

Домашний уксус используется для подкисления соусов и супов, а также подается отдельно к холодцу.

За неимением домашнего уксуса пользуются обыкновенным (3%) уксусом. Однако для приготовления блюд часто требуется более крепкий (6-9%) уксус или уксусная эссенция, особенно в тех случаях, когда пищу надо приготовить соответствующей кислоты, не разбавляя ее сильно жидкостью. Слишком крепкий уксус всегда можно развести водой.

Если обыкновенный уксус подается отдельно к закускам, его приправляют как маринад, то есть варят с разными пряностями, а для улучшения цвета добавляют немного жженого сахара. Кроме того, в продаже имеется специально приготовленный столовый уксус.

МАРИНАДЫ

Маринад — это раствор уксуса, сваренный с разными пряностями. Маринады бывают разные: маринад с пряностями, маринад с пряностями и кореньями, сладкий маринад. В некоторых случаях маринадом пользуются как соусом и заливают им сельдь, овощи, фрукты.

Обычно употребляется 3-процентный уксус. Столовый уксус разводят водой наполовину, а на 1 часть 9-процентного уксуса берут 2 части воды. 80-процентную уксусную эссенцию необходимо развести еще больше: на 1 литр воды берут 2 столовые ложки (30 г) уксусной эссенции. Для маринадов целесообразно пользоваться более крепким уксусом, чем 3-процентный, так как тогда пряности можно сварить с водой, а затем смешать с уксусом. При употреблении 3-процентного уксуса пряности приходится варить в самом уксусе, причем большая часть его испаряется. Чтобы при варке из маринада испарялось возможно меньше пряностей и уксуса, его варят и охлаждают в закрытой посуде.

В уксусной кислоте растворяются некоторые металлы и образуются соединения, вредные для человеческого организма; поэтому маринад следует варить в эмалированной (невыщербленной) кастрюле или в посуде из нержавеющей стали.

694. МАРИНАД С ПРЯНОСТЯМИ

(на 1 литр маринада)

2 стакана воды, 2 стакана уксуса (6%), соль и сахар по вкусу, 12 горошин горького и душистого перца, 2 лавровых листа, 5 шт. гвоздики.

В прокипяченную воду добавить соль и сахар по вкусу, немолотый перец, гвоздику, лавровый лист. В закрытой посуде варить 10—15 минут на слабом огне. Затем влить уксус, вскипятить и сейчас же охладить.

Этот маринад используется для маринования овощей (помидоров, огурцов, грибов).

695. МАРИНАД С ПРЯНОСТЯМИ И КОРЕНЬЯМИ

(на 1 литр маринада)

2 стакана воды, 2 стакана уксуса (6%).

П р я н о с т и: 12 горошин перца, 5 шт. гвоздики, 1 чайная ложка сахара, соль по вкусу, 1 лавровый лист.

К о р е н ь я: 1—2 луковицы, 1 морковь, ½ корня петрушки, 1/4 сельдерея.

В кипящую воду положить нарезанные ломтиками лук, морковь, петрушку, сельдерей, немолотый перец, лавровый лист, гвоздику, соль и сахар по вкусу и 15—20 минут варить на слабом огне в закрытой кастрюле. Затем влить уксус, дать закипеть и сразу охладить,

Этот маринад используют для сельди, мяса. Состав и количество кореньев в маринаде можно изменить. При отсутствии каких-либо кореньев, например петрушки или сельдерея, кладут больше моркови и лука.

696. МАРИНАД СЛАДКИЙ

(на 1 литр маринада)

2—2½ стакана воды, 1 стакан уксуса (6%), 1—2 стакана сахара, 5 шт. гвоздики, 1/4 палочки корицы, 8 горошин душистого перца, немного соли.

Воду с сахаром, корицей, перцем и гвоздикой кипятить 15 минут, снимая пену; затем влить уксус, добавить немного соли и вскипятить. Этот маринад используется для маринования фруктов и ягод (слив, яблок, груш) или для приготовления сладких фруктово-ягодных салатов. Для сладкого маринада уксуса берут меньше, а сахара можно взять большее или меньшее количество, в зависимости от сладости фруктов.

МАСЛО К ЗАКУСКАМ И МАСЛЯНЫЕ СМЕСИ

При подаче сливочного масла к закускам его можно украсить и при править. Масло формуют в виде маленьких шариков, квадратных брусков или цветочков, так как тогда оно имеет красивый вид и его удобно брать. Подготовленное таким образом масло складывают горками на тарелочки. Принадлежности для отделки масла смачивают холодной водой (в некоторых случаях их подогревают). Охлажденное масло режут на бруски. Шарики из масла приготовляют специальным ножиком или деревянной ложкой и деревянной лопаткой. При желании нанести узоры на поверхность шариков их накатывают двумя зубчатыми лопатками. Цветочки наскабливают ножом из большого куска масла, а затем погружают в холодную воду, чтобы они застыли. Масло для изготовления шариков и цветочков должно легко мазаться, но не должно быть и слишком мягким.

Масло можно приправить. Для этого к нему добавляют протертые шпроты, кильки, сельдь или другие продукты. Такое масло называется закусочным. Его название зависит от добавок, например, бывает шпротовое, килечное масло и т. д., причем масло составляет половину или большую часть продуктов. Закусочное масло можно подать одним прессованным куском, нанеся ножом или ложечкой узоры на его поверхность, или разрезать его на небольшие кусочки и положить горкой на тарелочку.

Такое масло можно использовать для бутербродов и как гарнир к другим закускам.

Кроме закусочного масла, для слоеных бутербродов, а также для начинки помидоров и яиц используются жирные массы: творожная, грибная, печеночная и др. Масло употребляется как добавка. Жирная сырковая масса и жирная печеночная масса подаются и как отдельные закуски.

697. МАСЛО ШПРОТОВОЕ ИЛИ КИЛЕЧНОЕ

100 г шпрот или килек, 100 г сливочного масла, соль.

Масло растереть, добавить протертые через сито шпроты или кильки (предварительно удалить внутренности) и растирать вместе до образования пышной массы; если требуется, можно добавить соль. Приготовленное таким образом масло выжимать из бумажной трубки или шприца. Им украшают бутерброды, мясные и рыбные закуски или подают как отдельное блюдо. В этом случае шпротовое или килечное масло кладут на тарелку, придав ему форму четырехугольника толщиной 2 см или форму рыбки; на поверхность наносят ножом узоры, затем охлаждают и нарезают небольшими кусками.

Шпротовое или килечное масло можно приготовить так же, как селедочное масло (698), но вместо сельди берут шпроты или кильки.

698. МАСЛО СЕЛЕДОЧНОЕ

½ сельди, 100 г масла, 1 свежее яблоко или 50 г сушеных яблок, 1 ломтик булки, 1 луковица, 2 ст. ложки растительного масла, 1/8 мускатного ореха, молотый перец, немного сахара, молоко.

Вымоченную сельдь выпотрошить, очистить от кожицы и костей и вместе с поджаренным на масле луком, вымоченной в молоке булкой и натертым свежим яблоком протереть через сито. Свежее яблоко можно заменить вареными сушеными яблоками. Всю эту массу положить в растертое масло, добавить молотый перец, натертый мускатный орех (не обязательно), сахар, растительное масло и растирать до образования пышной массы. Используется для украшения закусок и приготовления бутербродов.

Селедочное масло можно приготовить и без добавлений (так же, как шпротовое или килечное масло).

699. МАСЛО РЫБНОЕ

200 г рыбных консервов (в томатном соусе или в масле), 100 г сливочного масла, 1 ломтик черствой булки, 100 г сушеных яблок или 1 небольшое свежее яблоко, немного сахара, молоко, соль.

Рыбные консервы (вместе с соусом), вымоченную в молоке булку и сваренные яблоки протереть через сито. Полученную массу положить в растертое добела масло, добавить (если надо) соли, немного сахара и все растереть до образования сплошной пышной массы.

Сушеные яблоки можно заменить тертым свежим (очищенным) яблоком. Если для приготовления взяты консервы в томатном соусе, то можно обойтись без яблок.

Подать как холодное блюдо или использовать для украшения других рыбных закусок.

700. МАСЛО ЗЕЛЕНОЕ

20 г зелени петрушки или смеси зелени укропа, сельдерея и петрушки, 100 г сливочного масла, лимонная кислота или 1 печеное яблоко (небольшое).

Вымытую зелень петрушки мелко нарезать, положить в растертое добела масло, добавить лимонной кислоты и растереть. Лимонную кислоту можно заменить печеным яблоком, протертым через сито. Вместо зелени петрушки можно взять смесь зелени кореньев (укропа, сельдерея, петрушки). Это масло в большинстве случаев употребляется для украшения других закусок.

701. МАСЛО С ТОМАТОМ

100 г сливочного масла, 1 ст. ложка густого томатного пюре, соль.

Масло растереть добела, добавить густое томатное пюре, соль по вкусу и растереть.

702. МАСЛО С ГОРЧИЦЕЙ

100 г сливочного масла, 1 столовая ложка приготовленной горчицы.

Масло растереть добела, добавить приготовленную горчицу и растереть.

703. МАСЛО С ХРЕНОМ

100 г сливочного масла, 2 ст. ложки натертого хрена, соль.

Масло растереть добела, добавить натертый хрен, соль и растирать до образования однородной массы.

704. МАСЛО С СЫРОМ

2 ст. ложки сливочного масла, 100 г голландского сыра.

Натертый сыр смешать с растертым добела маслом и растереть. Можно добавить 1 ложку густого томатного пюре.

705. ЖИРНАЯ МАССА С СЫРОМ

1 ст. ложка сливочного масла, 100 г голландского сыра, ½ стакана сметаны.

Натертый сыр смешать со сметаной, добавить растертое масло и растирать до образования густой массы. В эту массу можно добавить крупные кусочки сыра.

Употреблять для бутербродов и для фарширования помидоров.

706. СЫРКОВАЯ МАССА ЖИРНАЯ

300 г хорошего творога, 100—150 г сливочного масла, ½ стакана сметаны, 1 желток (не обязательно), соль.

В протертый через сито творог добавить соль, желток и сметану. Все перемешать.

Размять масло, добавить приготовленный творог и хорошо перемешать.

Использовать для приготовления бутербродов или как отдельное блюдо к завтраку.

707. ГРИБНАЯ МАССА С МАСЛОМ

1 стакан мелко нарезанных отваренных сушеных грибов, 1 луковица, 2 ст. ложки сметаны, ½ ломтика булки, 1 ст. ложка сливочного масла, уксус, соль, сахар, молоко, немного растительного масла.

Сваренные и мелко нарезанные сушеные грибы поджарить вместе с луком на растительном масле, охладить, добавить вымоченную в молоке булку и пропустить через мясорубку. Эту массу смешать со сметаной, положить в хорошо растертое масло и растереть. Для вкуса добавить немного соли, уксуса, сахара.

708. ПЕЧЕНОЧНАЯ МАССА С МАСЛОМ

250 г телячьей печенки, 150—200 г сливочного масла, 1 луковица, молотый перец, мускатный орех, соль, бульон.

Обмытую печенку нарезать нетолстыми кусками, поджарить на масле и в месте с поджаренным луком дважды пропустить через мясорубку. Затем прибавить бульон, массу хорошо растереть (можно также протереть через сито) и положить в растертое добела масло. Добавить перец, мускатный орех, соль и растирать до образования пышной массы. Выложить в миску, охладить и опрокинуть на тарелку. Украсить цветочками из масла и подать к столу как холодную закуску или использовать для бутербродов.

Вместо масла можно положить свиное сало, но очень свежее.

ГОРЯЧИЕ СОУСЫ

Основу соуса составляет жидкость — бульон (мясной, рыбный, грибной, овощной), молоко, сметана, жир (сливочное или растительное масло), иногда разбавленный уксус. Для сгущения соусов прибавляют поджаренную муку, а для улучшения вкуса — соль, сахар, лимонный: сок, лимонную кислоту, уксус, грибы, хрен, томатное пюре, коренья и т. д.

Основными соусами считаются красный и белый соусы. Из них с разными добавлениями приготовляют много других соусов.

Красный соус приготовляется на коричневом мясном бульоне и пшеничной муке, поджаренной до коричневатого цвета (красная пассировка). Чтобы соус сохранил свой красный цвет, к нему добавляют жженый сахар. Этот соус используют для приготовления красного соуса с вином, красного соуса с грибами, лукового и других соусов.

Для приготовления белого соуса используются желтоватым или белым мясным бульоном (как для супов) и поджаренной до светло-желтого оттенка пшеничной мукой (белая пассировка). Из этого соуса приготовляют белый соус с яйцом, горчичный, томатный и другие.

При приготовлении белого и некоторых других соусов к рыбным блюдам вместо мясного бульона пользуются рыбным бульоном.

Для соусов чаще всего употребляют сливочное масло, так как оно отличается хорошим вкусом и запахом, значительно повышает качество соуса. Для белых соусов вместо сливочного масла можно также использовать маргарин, а для красных — другие жиры. В этих случаях к приготовленному соусу желательно добавить кусочек сливочного масла.

Для соусов с грибами и холодных соусов, где требуется, чтобы жир не застывал, употребляется растительное масло.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ БУЛЬОНА, МУКИ, ОВОЩЕЙ И ДРУГИХ ДОБАВЛЕНИЙ ДЛЯ СОУСОВ

Коричневый бульон. Для красного соуса приготовляют коричневый бульон из обжаренных говяжьих, бараньих, свиных и других костей. Разрубленные кости, добавив крупно нарезанную морковь, петрушку, лук, обжарить в горячей духовке до светло-коричного цвета. Затем выделившийся из костей жир надо слить, а обжаренные кости с поджаренными овощами положить в кастрюлю, залить горячей водой и варить в открытой кастрюле 4 и более часов. Готовый бульон процедить и употреблять для соусов.

Поджаренная мука. Соусы сгущают мукой. Муку для соуса необходимо предварительно поджарить. Плохо поджаренная мука придает соусу неприятный вкус сырой муки и клейкость. Муку можно жарить с жиром или без жира, сухим способом.

Муку следует жарить в хорошо разогретом жиру. Для белых соусов муку поджаривают до светло-желтого цвета, а для красных соусов — до коричневого цвета, а затем разбавляют бульоном.

Сухим способом (без жира) муку поджаривают, насыпав ее тонким слоем (не более 2 см) на сковороду или на лист. Муку, часто помешивая, доводят до золотистого или коричневого оттенка. При поджаривании муки всухую уменьшается потребность в жирах для соусов; муку можно заготовить в большем количестве и, разбавив холодным бульоном, прямо класть в супы и соусы.

Поджаривание овощей. Измельченные овощи для соусов поджаривают не все сразу. Сперва надо поджарить с жиром лук, затем добавляют морковь, немного спустя — петрушку и сельдерей. Под конец поджаривания к овощам добавляют томатное пюре, так как оно придает соусу красивую окраску. Если пюре нельзя поджарить с овощами, то можно поджарить его отдельно с небольшим количеством жира или смешать с поджаренной мукой.

Жженый сахар придает соусам коричневый оттенок и улучшает их вкус. Сахар насыпать на сковороду, немного смочить водой и жарить, пока он не станет коричневым. Затем налить воды и варить до тех пор, пока сахар не растает. Сахар следует не пережечь, чтобы он не имел горького привкуса.

Масло раковое. Высушить скорлупу вареных раков,

растолочь и поджарить на масле до желтовато-красного оттенка. Затем налить воды и немного поварить. Дать отстояться, процедить и охладить. Когда масло затвердеет, осторожно слить воду. Приготовленное таким образом раковое масло используется для улучшения вкуса рыбных соусов.

709. СОК ОТ ЖАРЕНОГО МЯСА

Когда мясо жарят крупными кусками, из него выделяется много сока, который можно использовать как соус. Чтобы сок при жареньи не пригорел, в сковороду надо налить немного воды Готовое жаркое вынуть, с сока слить жир, добавить воды или бульона для соуса и кипятить несколько минут, чтобы мясной сок разошелся. Затем надо попробовать соус на вкус, процедить и полить им мясо. Если сок слишком светлый, можно добавить жженый сахар, а для сгущения добавить крахмал и немного поварить.

Сок от жареного мяса значительно вкуснее и красивее, если мясо жарится с кореньями — морковью, петрушкой, сельдереем, луком.

Если мясо жарят небольшими кусками на сковороде, то выделившийся при жареньи сок надо оставить с жиром, долить воды и дать немного прокипеть. Сок от жареной птицы и рыбы также используется для соусов. Для улучшения вкуса к этим соусам иногда добавляют сметану.

710. СОУС КРАСНЫЙ (ОСНОВНОЙ)

1 ст. ложка муки, ½—1 ст. ложка масла, ½ моркови, ¼ петрушки, ¼ луковицы, 2 ст. ложки томатного пюре, 2½ стакана коричневого бульона, 1 чайная ложка сахара, лавровый лист, перец, соль.

Муку поджарить на масле (или сухим способом) до коричневатого оттенка; слегка помешивая, развести коричневым бульоном и немного поварить. Добавить поджаренные на жире нарезанные морковь, петрушку, лук и томатное пюре, перец, лавровый лист и варить полчаса на слабом огне. Когда овощи станут мягкими, соус процедить, овощи протереть, добавить жженый сахар и соль.

Этот соус используется для приготовления других соусов. Если красный соус подается непосредственно к блюдам, в него необходимо добавить масло и разогреть.

711. СОУС КРАСНЫЙ С ВИНОМ

2 стакана красного (основного) соуса (710), ¼ стакана вина (портвейна, мадеры).

В приготовленный красный (основной) соус прежде чем добавлять сливочное масло влить вино и довести до кипения.

Подавать к тушеному мясу, языку, почкам и некоторым другим блюдам.

712. СОУС КРАСНЫЙ С ГРИБАМИ

2 стакана красного (основного) соуса, ½ стакана отваренных свежих боровиков, 1 луковица, ½ ст. ложки масла, лимонная кислота, чеснок, бульон.

Приготовить красный (основной) соус (710). Затем мелко нарезать вареные грибы и лук, поджарить на масле и залить красным соусом. Если соус слишком густой, разбавить его крепким коричневым бульоном и варить 15 минут. Затем добавить лимонную кислоту, масло и немного порубленного чеснока.

Соус подавать к блюдам из тушеного мяса, а также к мясным, рыбным и овощным запеканкам.

713. СОУС ЛУКОВЫЙ

2 стакана красного (основного) соуса, 1 — 1½ луковицы, 1—1½ ст. ложки уксуса (9%), ½ ст. ложки масла, сахар.

Приготовить красный (основной) соус (710). Мелко нарезанный лук поджарить на масле, залить уксусом, кипятить до почти полного испарения жидкости. Положить лук в красный соус и 10 минут медленно варить, затем добавить масло и, если требуется, сахар.

Соус подается к тушеному мясу, котлетам и некоторым овощным блюдам. Его можно использовать к запеканкам.

714. СОУС КИСЛО-СЛАДКИЙ

½ ст. ложки муки, ½ ст. ложки масла, 1½ стакана бульона, лимон или лимонная кислота, ½ стакана изюма, ½—1 стакан вина, немного соли. сахар.

Поджаренную на масле до коричневатого оттенка муку разбавить мясным или рыбным бульоном, немного поварить, процедить, добавить жженый сахар, лимонную кислоту или нарезанные ломтики лимона, изюм, вино и все вскипятить.

В этот соус можно прибавить мелко нарезанные вареные сливы.

Соус подается к блюдам из вареного мяса или рыбы.

715. СОУС БЕЛЫЙ (ОСНОВНОЙ)

1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 2 стакана мясного или рыбного бульона, соль.

Муку поджарить на масле (или сухим способом) до светло-желтого оттенка. Помешивая, развести ее бульоном и 10-15 минут варить. Если в соусе остались комки муки, необходимо процедить его и добавить по вкусу соли. Этот соус используется по большей части для приготовления других соусов.

Если белый соус подают к какому-либо блюду, соус следует заправить лимонной кислотой, добавить белый перец и зелень укропа.

Для рыбных соусов вместо мясного бульона берется рыбный бульон.

716. СОУС БЕЛЫЙ С ЯЙЦАМИ

2 стакана белого (основного) соуса, 2 желтка, лимонная кислота, мускатный орех, молотый перец, зелень петрушки, соль.

Приготовить белый (основной) соус (715), добавить к нему растертые с солью сырые желтки и подогревать, помешивая, до загустения (не дать закипеть). Затем добавить лимонную кислоту, натертый мускатный орех, перец, соль, петрушку.

Этот соус, приготовленный на мясном бульоне, подается к телятине, курице и кролику. Его часто употребляют для приготовления запеканок.

К рыбным блюдам в белый соус, приготовленный на рыбном бульоне, желательно положить рубленые вареные яйца, а для улучшения вкуса добавить раковое масло пли мелко нарезанную зелень петрушки.

717. СОУС БЕЛЫЙ С ВИНОМ

2 стакана белого соуса (715), приготовленного на рыбном бульоне, ½ ст. ложки масла, ½ луковицы, ½ петрушки, 2 желтка, ¼ стакана белого виноградного вина, лимонная кислота, молотый перец, соль.

Мелко нарезанные коренья тушить с кусочком масла, затем положить их в приготовленный белый соус и полчаса варить на слабом огне. К концу варки влить вино. Затем соус снять с огня и дать ему остыть.

В эмалированную кастрюльку выпустить сырые желтки, влить ½ ст. ложки холодной воды, добавить кусочек масла и, помешивая, нагревать до загустения желтков.

Подготовленные таким образом желтки положить в ранее приготовленный соус, добавить лимонную кислоту, молотый перец, соль, все перемешать и процедить. Этот соус подается к рыбным блюдам.

718. СОУС С ГОРЧИЦЕЙ (ГОРЯЧИЙ)

½ ст. ложки муки, ½ ст. ложки масла, 1 стакан бульона, 1 чайная ложка приготовленной горчицы, перец, соль, лимонная кислота, сахар.

Поджаренную на масле до светло-желтого оттенка муку развести бульоном, немного поварить и, если требуется, процедить. Затем добавить горчицу, молотый перец, соль, лимонную кислоту, сахар и довести до кипения.

Соус подается к мясным блюдам. В него можно добавить сметану. или томатное пюре.

719. СОУС ТОМАТНЫЙ

½ ст. ложки муки, 1 ст. ложка масла, 1½ стакана мясного или рыбного бульона, ½ моркови, ½ луковицы, ½ корня петрушки, 1 стакан томатного пюре, перец, лавровый лист, лимонная кислота, сахар, соль.

Поджаренную на масле или сухим способом муку развести мясным или рыбным бульоном. Добавить мелко нарезанные поджаренные на масле овощи и томатное пюре, немолотый перец, лавровый лист и варить полчаса на слабом огне. Затем соус процедить, овощи протереть, добавить лимонную кислоту, сахар и соль. Нагреть, довести до кипения и положить масло. Соус подается к разным мясным и рыбным блюдам.

720. СОУС ТОМАТНЫЙ С ГРИБАМИ

2 стакана томатного соуса, ½ ст. ложки сливочного или растительного масла, ½ стакана вареных свежих грибов, 1 луковица, перец, чеснок.

Мелко нарезанный лук поджарить на сливочном или растительном масле, добавить нарезанные продолговатыми кусочками вареные свежие или сушеные грибы, еще несколько минут поджарить, положить в приготовленный томатный соус и варить 10 минут. Затем добавить немного-порубленного чеснока, перец и масло.

Соус подается к мясу, особенно к птице, к овощам и некоторым мучным блюдам.

721. СОУС СМЕТАННЫЙ

1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 1—1½ стакана мясного, рыбного или овощного бульона, ½—1 стакан сметаны, соль.

Поджаренную до светло-желтого оттенка на масле или сухим способом муку, помешивая, развести мясным, рыбным или овощным бульоном, затем варить 5—10 минут. К концу варки добавить сметану, соль. Перец можно совсем не класть или же положить очень мало, чтобы он не заглушал вкуса и запаха сметаны.

В этот соус можно добавить желтки, сахар и лимонную кислоту. Чтобы соус сгустился, надо, добавив желтки, подогреть его. Приготовленный таким образом соус подается к запеканкам.

Сметанный соус подают к мясным, овощным и рыбным блюдам.

722. СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТНЫМ ПЮРЕ

1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 1 стакан бульона, ½ стакана томатного пюре, ½ стакана сметаны, молотый перец, немного соли.

К поджаренной на масле до светло-желтого оттенка муке добавить томатное пюре, снова поджарить, развести мясным или рыбным бульоном и варить 5—10 минут. Затем в случае надобности соус процедить, добавить сметану, перец, соль и, подогревая, довести до кипения.

Сметанный соус с томатным пюре подается к вареным и тушеным мясным, рыбным и некоторым мучным и овощным блюдам.

Если этот соус подается к запеканке, то к нему надо добавить 1 взбитое сырое яйцо.

723. СОУС СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ

1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 1½ стакана бульона, ½ стакана сметаны, молотый перец, 1—2 луковицы, соль.

Поджаренную на масле до светло-желтого оттенка муку развести бульоном, добавить поджаренный на масле мелко нарезанный лук, перец, соль и варить 5—7 минут. Затем прибавить сметану. Соус подается к жареным мясным, рыбным и некоторым овощным блюдам.

В этот соус можно добавить томатное пюре.

724. СОУС ИЗ ХРЕНА (ГОРЯЧИЙ)

2 стакана сметанного соуса, 1 стакан натертого хрена, 2 ст. ложки уксуса (9%), перец, лавровый лист, масло.

Натертый хрен прогреть с маслом, добавить перец, лавровый лист, уксус и тушить. Затем добавить сметанный соус и варить 5—7 минут.

Соус из хрена подается к вареному мясу, языку. Если этот соус подается к рыбным блюдам, его надо готовить на рыбном бульоне. Соус из хрена к запеканкам приготовляют с яичными желтками, которые надо положить в соус, но не дать ему закипеть.

725. СОУС МОЛОЧНЫЙ

1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 2 стакана молока или сливок, соль.

Муку поджарить с маслом до светло-желтого оттенка, понемногу, хорошо помешивая, развести ее горячим молоком, посолить и варить 5 минут.

Этот соус можно приготовить жидким, средней густоты и густым.

Жидкий соус употребляется к овощным или крупяным блюдам, средней густоты — к запеканкам, а густой — для фаршей. Густота соусов зависит от количества муки. В молочный соус, приготовляемый для запеканок и фаршей, чаще всего прибавляют сырые яйца или желтки, после чего соус не следует кипятить.

726. СОУС ГРИБНОЙ

1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного или ¼ стакана растительного масла, 2 стакана грибного бульона, 1—2 луковицы, 5 сушеных грибов, соль.

Отваренные и мелко нарезанные грибы поджарить вместе с луком.

Муку поджарить на сливочном или растительном масле до светло-желтого оттенка, развести грибным бульоном и варить 7—10 минут. Затем добавить поджаренные с луком грибы и по вкусу соль. Соус можно заправить сметаной или томатным пюре (положить его при жареньи грибов с луком).

Грибной соус подается к овощным, мясным и крупяным запеканкам, к картофельным, крупяным котлетам и к некоторым другим блюдам.

727. СОУС ГОЛЛАНДСКИЙ (ЯИЧНО-МАСЛЯНЫЙ)

2 ст. ложки масла (150 г), 2 желтка, 1 — 1½ ст. ложки воды, сок от половины лимона или лимонная кислота по вкусу, соль.

Сырые желтки тщательно отделить от белков, положить в эмалированную кастрюлю, добавить воды, нарезанное мелкими кусочками масло и, помешивая деревянной лопаткой, подогревать на слабом огне, пока соус не станет густым и масло соединится с желтками в однородную массу. В эту массу, помешивая, понемногу добавлять остальное растопленное масло, добавить по вкусу лимонную кислоту или лимонный сок и соль.

При приготовлении соуса надо следить, чтобы он не перегрелся, так как тогда масло отделяется от желтков. Посуду, в которой подогреваются желтки, рекомендуется поставить в другую кастрюлю с горячей водой.

Голландский соус подается к вареной рыбе, цветной капусте, спарже.

Для того чтобы в голландский соус можно было положить меньше масла, его приготовляют на белом соусе. Приготовить ½ стакана белого соуса, добавить 1 столовую ложку масла, желтки и, помешивая, подогревать. Затем добавить лимонную кислоту и соль.

В голландский соус можно добавить приготовленную горчицу и немного молотого перца. Это острый соус, его подают к вареному линю, треске и другой рыбе.

728. СОУС ПОЛЬСКИЙ

1½ ст. ложки масла, 1—2 вареных яйца, зелень петрушки или укропа, молотый перец, соль, лимонная кислота.

В растопленное масло положить мелко нарезанные сваренные вкрутую яйца, зелень петрушки, соль, перец, лимонную кислоту, перемешать и подогреть. Для того чтобы можно было класть меньше масла, этот соус можно разбавить белым соусом.

Соус подают к вареной рыбе.

729. МАСЛО С СУХАРЯМИ

1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка белых сухарей, лимонная кислота.

Сухари поджарить с кусочком масла до золотистого оттенка, затем добавить остальное растопленное масло (без осадков и казеина) и лимонную кислоту или лимонный сок.

Соус подается к вареной цветной и брюссельской капусте, спарже и к некоторым другим блюдам.

730. СОУС РАКОВЫЙ

1 ст. ложка масла, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка ракового масла, 2 желтка, лимонная кислота, соль.

Сырые желтки положить в небольшую кастрюлю, добавить сливочное масло и кусочки ракового масла (стр. 411). Помешивая деревянной ложкой, медленно подогревать массу до загустения. Затем добавить поджаренную на масле муку, соль, лимонную кислоту перемешать и процедить через густое сито.

Соус подается к вареной рыбе, раковым шейкам.

СЛАДКИЕ СОУСЫ

К сладким блюдам подаются разные сладкие соусы. Они должны гармонировать с блюдом. Если блюдо сладкое, то соус должен быть кисловатым, а если блюдо кислое, то подбирается сладкий соус. Точно также выбирают и цвет: к блюду белого цвета подают темный соус, а к блюду темного цвета — белый соус.

ПОДСЛАЩЕННОЕ МОЛОКО

Подслащенное молоко подается ко многим сладким блюдам. В молоко добавить сахар, лимонную корку и оставить на некоторое время, чтобы молоко стало ароматным. Затем корку вынимают, молоко процеживают подают к столу в особой посуде.

731. СОУС ВАНИЛЬНЫЙ

½ литра молока, 1 палочка ванили, 2 желтка, 3 ст. ложки сахара.

Молоко вскипятить с ванилью. Желтки растереть с сахаром, заварить кипяченым молоком и, помешивая, варить до сгущения, но не дать закипеть.

732. СОУС ВИННЫЙ

1 стакан вина, ½ стакана воды, 4 желтка, ½ стакана сахара, араковые капли.

В кипящую воду влить вино. Желтки растереть с сахаром, заварить вином, поставить кастрюлю в другую посуду с горячей водой и взбивать до образования пены. Добавить араковые капли. Этот соус следует приготовлять перед самой подачей к столу.

733. СОУС КАКАОВЫЙ

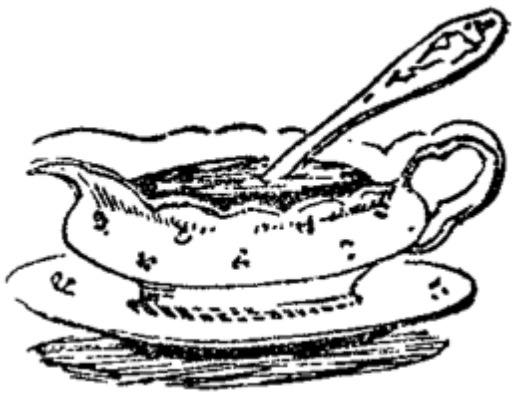
2 стакана молока, 3 желтка, 3 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка какао, ½ палочки ванили.

Желтки растереть с сахаром и какао. Молоко с ванилью вскипятить, заварить взбитые желтки и подогреть, чтобы соус сгустился.

734. ПОВИДЛО БРУСНИЧНОЕ

1 литр брусники, ½ литра слив или 3 груши (или 2 сладких яблока), 300 г сахара.

Бруснику перебрать, промыть, всыпать в кастрюлю, добавить сахар и варить 20 минут. Затем добавить нарезанные дольками очищенные яблоки или груши и варить еще 25 минут. Если бруснику варят со сливами, их надо обмыть, положить в посуду, залить горячим брусничным повидлом и запекать 20 минут в духовке. При подаче к столу выложить в стеклянную посуду. Брусничное повидло подается к блюдам из телятины, птицы и кролика, а также к разным оладьям.



ВЫПЕЧКА МУЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ

ЧТО ДОЛЖНА ЗНАТЬ КАЖДАЯ ХОЗЯЙКА

Кроме выпечки мучных изделий, которые считаются повседневными — ржаного и пшеничного хлеба, булки, каждая хозяйка разнообразит пищу, выпекая более сложные мучные изделия.

В их состав чаще всего входят мука, сахар, молоко и соответствующие добавления. Выпекают эти изделия в печи, духовке и в «чудо»-печи или варят в жиру.

Выпеченное изделие отличается от теста не только своим внешним видом, но и по химическому составу. В процессе выпечки под влиянием высокой температуры белки свертываются, вследствие чего выпеченное изделие становится более упругим, жиры растапливаются и равномерно распределяются, крахмал превращается в декстрин, различные разрыхлители расщепляются, причем образуются газы, которые, испаряясь, разрыхляют мучные изделия.

Основной питательной частью мучных изделий являются углеводы — крахмал, который организмом усваивается только после превращения в глюкозу. Ферменты, превращающие крахмал в глюкозу, содержатся в слюне и в соке поджелудочной железы. Поэтому изделие из теста должно быть рыхлым, чтобы в процессе приема пищи оно легко могло пропитываться слюной и лучше усваивалось организмом.

По способу изготовления, по виду и назначению мучные изделия подразделяются на следующие основные группы:

1) изделия из теста с закваской (разный хлеб),
2) изделия из дрожжевого теста,
3) изделия из теста с химикатами,
4) изделия из жирного теста,

5) изделия из бисквитного теста.

Согласно этому подразделению в книге даются основные сведения о приготовлении изделий каждого сорта и их рецептура.

Прежде чем приступить к выпечке, необходимо прочесть не только соответствующую рецептуру, но и общую часть раздела, где даются подробные указания об изделиях этого вида. Кроме того, нужно приготовить все необходимые продукты и принадлежности. Лишь тогда готовят тесто, топят печь, пекут.

Хорошее изделие из теста получается только из хороших продуктов. При этом необходимо строго придерживаться рецептуры и указанного способа приготовления, а также выпекать при соответствующей температуре. Во избежание повторения общих сведений при описании способов приготовления каждого изделия, ниже дается краткая характеристика основных продуктов и их приготовления, а также указывается, как на практике определить температуру печи.

ИСХОДНЫЕ ПРОДУКТЫ И ПРИГОТОВЛЕНИЕ МУЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ

Мука. Чаще всего употребляется пшеничная мука первого сорта, реже — второго сорта, а для хлеба — ржаная и пшеничная мука разного помола. Важно, чтобы мука была изготовлена из непроросшего зерна, была незаплесневшей, непрелой, сухой и без постороннего запаха.

Влажность муки можно установить, сжимая ее в руке. Если после разжатия пальцев мука сохраняет форму горсти, то она слишком влажная. Как только разжимают пальцы, сухая мука рассыпается. Чем суше мука, тем больше выход изделия.

Большое значение для качества изделий имеет содержание в муке клейковины. Например, из дрожжевого или слоеного теста получаются хорошие изделия, если в муке содержится 35—50 процентов клейковины. Наоборот, для изделий из песочного и бисквитного теста клейковины в муке должно быть меньше.

Содержание клейковины в муке может определить сама хозяйка, замесив 50 г муки с 25 г воды комнатной температуры. Спустя 20 минут следует промыть тесто, поливая его водой, чтобы отделился крахмал.

Промытое тесто взвешивают; полученное количестово граммов помноженное на два, показывает процент содержав клейковины.

Мука, содержащая много клейковины, впитывает в себя больше воды и дает больший припек.

Перед употреблением муку всегда следует просеять. При этом отделяются отруби, разные механические примеси и некоторые паразиты, разбиваются комки (если они имеются в муке) и мука разрыхляется. Особенно тщательно следует разрыхлить муку для дрожжевого теста.

Муку надо держать в закрытом ящике в сухом и прохладном помещении, часто ее перемешивать и проветривать.

Порчу муки вызывает главным образом мучной клещ а также другие вредители. Мучного клеща обычно трудно заметить невооруженным глазом. Мука, в которой завелся этот паразит, сыреет, темнеет, приобретает неприятный запах и вкус, становится похожей на крупинки. Такая мука в пищу не пригодна.

Мучники — это насекомые, личинки которых питаются мукой и загрязняют ее. Паразиты портят муку: она превращается

в комочки, темнеет и приобретает неприятный запах и вкус. Просеянную муку можно употреблять, если личинок было не очень много.

В некоторые сорта мучных изделий добавляют картофельный или кукурузный крахмал, чтобы сделать их более рассыпчатыми. Прежде чем класть в тесто крахмал, его следует перемешать с мукой и разрыхляющим порошком, так как тогда он равномерно распределится во всем тесте.

Яйца. Для мучных изделий употребляются свежие (не более двух недель) куриные яйца или меланж (замороженные яичные желток и белок). 42 грамма меланжа равноценны одному яйцу. Вместо яиц можно употреблять яичный порошок. Перед употреблением порошок нужно залить горячей водой. Все эти продукты улучшают вкус и вид мучных изделий, делают их более питательными. Ни меланж, ни яичный порошок нельзя использовать для такого теста, в котором белки следует употреблять отдельно от желтков.

Чтобы в тесто не попало испорченное яйцо, каждое яйцо следует выпускать в особую чашечку и, удостоверившись в его свежести, класть в общую миску. Даже несколько капель испорченного яйца значительно ухудшают вкус изделия. Белок свежего яйца бывает тягучим, неводянистым, а выпущенный в миску желток не расплывается.

Для того чтобы белок хорошо отделился от желтка, надо, отбивая яйца, стараться разбить скорлупу пополам и оставить желток целиком в одной половинке скорлупы. Затем из второй половинки скорлупы выливают в миску белок, а на его место перекладывают желток; потом выливают в миску белок, оставшийся в первой половинке скорлупы.

Для мучных изделий употребляется все яйцо или же только белок или только желток. Такое использование зависит от различных свойств отдельных частей яйца. Положенный прямо в тесто белок делает изделие твердым, а взбитый белок — разрыхляет. Желтки, растертые с сахаром или с солью, придают изделию более красивый цвет и рыхлость.

В каждой рецептуре указывается, как следует класть яйца в тесто.

Жиры. Для мучных изделий их употребляют в трех случаях: как основной продукт, для улучшения вкуса, для отделки.

В первых двух случаях можно употреблять сливочное или топленое масло, столовый маргарин, свиное сало и растительное масло. Они повышают калорийность, улучшают вкус, цвет и запах изделий. Следует, однако, помнить, что от чрезмерного количества жиров тесто хуже поднимается; поэтому для

дрожжевого теста употребляют растопленный или хорошо растертый жир, и его кладут в тесто под конец замеса. В изделия, в которые не кладут другого разрыхлителя, кроме взбитого белка, употребляют хорошо растертый жир. В изделия из теста с химикатами можно класть разные жиры в количестве, указанном в рецептуре.

Для кремов и масс для прослойки лучше всего употреблять свежее заводское масло. Сбитое дома масло обычно бывает водянистым и содержит много белков, которые придают ему неприятный кислый привкус. Перед употреблением такое масло необходимо хорошо промыть и отжать воду.

Для жаренья пончиков и хвороста лучше всего пользоваться смесью свиного сала с подсолнечным маслом или смесью свиного и бараньего сала. Масло, а тем более маргарин, для этой цели не пригодны вследствие более низкой температуры кипения.

Под действием теплоты, света и кислорода воздуха жиры быстро портятся и приобретают горький вкус. Жиры рекомендуется хранить при температуре 2—7° в темном месте и в закрытой посуде.

Сахар. Он улучшает вкус теста и повышает его питательность, однако всегда следует строго придерживаться рецептуры. Слишком большое количество сахара препятствует действию дрожжей; при выпечке такое тесто сверху пригорает, а внутри не выпекается. Сахар употребляют в виде сахарной пудры или мелкого и крупного кристаллического сахарного песка. Для обычных изделий, в которые кладут немного сахара и растирают его с яйцами, можно употреблять обыкновенный сахарный песок. Во все жирные сладкие изделия и неваренную глазурь кладут только сахарную пудру. Если нет пудры, ее можно приготовить из крупного или мелкого сахарного песка, который растирают бутылкой на кухонной доске и просеивают затем через густое сито.

Для отделки изделий пользуются сахарной пудрой или сахарным песком в кристалликах. Сахарной пудрой обсыпают через сеточку готовое изделие, кристаллическим — невыпеченное изделие, смазанное яйцом.

Для вареной глазури лучше всего пользоваться сахаром-рафинадом или крупным сахарным песком.

Сахар следует держать в сухом месте, так как он быстро впитывает влагу.

Нельзя заменять сахар медом. Мед употребляется только для пряников. Прежде чем класть мед в тесто, его надо прокипятить и остудить.

Мед хранят в сухом прохладном месте. Если вкус меда

изменился, его надо растопить (но не дать закипеть) и, перелив в посуду, дать снова засахариться.

Другие добавления. Для улучшения вкуса в мучные изделия из теста добавляют миндаль, изюм, сухофрукты, цукаты и др.

Миндаль сладкий и горький. В продаже бывает миндаль со скорлупой и без скорлупы, с тонкой коричневой кожицей, которую перед употреблением надо удалить. С этой целью миндаль ошпаривают кипятком. Через несколько минут воду сливают, и кожица легко снимается. Затем миндаль подсушивают в легком жару и размалывают специальной машинкой или разрубают ножом.

Сладкий миндаль кладут в дрожжевое тесто, торты и т.п. Он употребляется также для украшения изделий.

Горький миндаль употребляют в качестве пряностей для миндального печенья и кремов.

Орех и бывают в продаже со скорлупой и без скорлупы. Ядро ореха покрыто тонкой коричневой кожурой, которую перед употреблением нужно снять.

Вылущенные орехи насыпают в один слой на лист, который держат несколько минут в умеренном жару. Под действием тепла кожура лопается и сморщивается. Тогда орехи растирают между ладонями или всыпают в мешочек, растирают и отсевают сквозь редкое сито.

Изюм (сушеный виноград) и все другие сухофрукты кладутся в кексы, бабы, сдобное дрожжевое тесто и мазурки. Перед употреблением их заливают горячей водой и хорошо промывают. Затем сухофрукты следует положить на чистую салфетку и тщательно осушить, так как во круг влажных фруктов в тесте образуются пустоты, которые портят вид изделий.

Цукаты, нарезанные узкими продолговатыми ломтиками, кладут в мазурки, бабы и другое сдобное дрожжевое тесто.

Пряности употребляют почти для всех изделий. Одни из них (перец, мускат, имбирь) улучшают вкус, другие (ваниль, корица, гвоздика, лимонная и апельсиновая цедра) — запах и вкус, а третьи (натуральный кофе, какао, вино, соки, ликеры) употребляются для изменения цвета изделий.

Каждый вид пряностей следует держать отдельно в плотно закрытой коробке. Эфирные масла хранят в прохладном темном месте.

Ванильные палочки хорошо сохраняются в сахаре, в закрытой банке. Перед употреблением их растирают с сахаром, просеивают, и сахар кладут в тесто.

Лимонную и апельсиновую корку употребляют в свежем или сушеном виде. В обоих случаях в тесто

кладется только цедра (верхний, желтый слой), натертая тёркой или кусковым сахаром.

Корица, гвоздика, мускатный орех, душистый перец, кардамон, бадьян и другие пряности и кладут в тесто размолотыми к просеянными.

Тмин, растертый с солью, кладется в хлеб.

Анис употребляют для пшеничного и улучшенного хлеба и булок.

В изделия из дрожжевого теста пряности кладут к концу замеса, а в другие изделия — под конец приготовления теста.

В настоящее время для улучшения вкуса изделий из теста часто используют экстракты разных пряностей. Например, широко употребляются ванильный, лимонный, араковый, ромовый, миндальный и другие экстракты.

Экстракты и эфирные масла очень концентрированные, поэтому в тесто их кладут в небольшом количестве. Большинство из них испаряется под действием высокой температуры, и изделия теряют свой запах. По этой причине рекомендуется добавлять экстракты в уже остывшие изделия, например в крем, сироп, глазурь и т. д.

Натуральный кофе употребляется для окраски и улучшения вкуса разных кремов и масс. Для получения кофейного экстракта 100 г молотого натурального кофе следует залить 1 литром кипятка, посуду накрыть крышкой и дать настояться 20 минут в горячем месте. Затем кофе процеживают и употребляют.

Вина, ликеры и соки также могут быть использованы для улучшения вкуса и запаха изделий. Ими чаще всего поливают разные бисквиты. Следует, однако, помнить, что темное вино нельзя употреблять для светлого печенья или светлого крема. Не следует также отбивать запах изделия слишком сильным запахом вина, ликера или сока.

НЕОБХОДИМОЕ ОБОРУДОВАНИЕ И ПРИНАДЛЕЖНОСТИ

В частных квартирах пекарни, как отдельного помещения, не бывает. Вполне достаточно иметь на кухне печь или хорошую духовку в плите. В последнее время широкое распространение получила печь-«чудо».

П е ч и могут быть разной конструкции, но все они должны быть сделаны так, что бы для различных изделий можно было установить нужную температуру, которая, в зависимости от вида изделия и его величины, могла бы колебаться в пределах от 120 до 300° тепла.

Топка печи должна быть не выше 30—50 см, так как тогда требуется меньше топлива, а изделия выпекаются более равномерно.

Температуру электрических и газовых печей нетрудно установить и регулировать. Больший опыт требуется для того, чтобы хорошо истопить печь дровами.

Лучше всего печь накаляется от дубовых и березовых дров, хуже всего — от осиновых. Для выпечки хлеба из 50 кг муки требуется около 25—50 кг хороших дров.

Печь затапливают за 2—3 часа до выпечки хлеба. Хорошо разгоревшиеся дрова надо пару раз передвинуть с одного места на другое, чтобы под печи везде одинаково накалился. Когда дрова выгорят, жар равномерно разгребают по всей печи, закрывают вьюшку и дверцу печи и оставляют на 10 минут, чтобы температура в печи стала равномерной. Затем вьюшку открывают, выгребают угли и золу, подметают печь метлой из сосновых веток или влажной тряпкой. Печь снова закрывают и оставляют на 2—3 минуты, чтобы дать осесть пыли. Затем смотрят, достаточно ли накалилась печь.

Практически накаленность печи определяется следующим образом:

1. Негорячая печь (легкий жар) — 120—175°. Пригодна для бисквитов и других изделий из теста, разрыхляемого яйцами.

Насыпанные в печь отруби медленно желтеют.

2. Умеренно горячая печь (умеренный жар) — 175—230°. Используется для разных пирожков, жирных кексов, пряников на меду.

Насыпанные в печь отруби быстро желтеют.

3. Горячая печь (хороший жар) — 230—250°. Пригодна для булок из дрожжевого теста и изделий из жирного теста.

Насыпанные в печь отруби сразу желтеют, а затем темнеют.

4. Очень горячая печь (очень сильный жар) — 300°. В такой печи пекут хлеб.

Насыпанные в печь отруби буреют, а через некоторое время чернеют.

Подобным же образом можно испробовать накаленность печи, бросив в нее кусок газеты. Если брошенная в печь бумага воспламеняется — печь слишком горячая, если бумага быстро буреет — печь пригодна для выпечки хлеба и т. д.

Если проба показывает, что печь чересчур горячая, следует намочить тряпку холодной водой и вытереть ею под. Немного спустя надо снова испробовать накаленность печи, а затем приступить к выпечке изделий.

Почти везде на кухне имеется д у х о в к а. Она удобна тем, что в ней можно выпекать изделия без излишней затраты топлива. Однако изделия, которые нужно долго выпекать при постоянной температуре, в особенности те, которые боятся сотрясения, в духовке печь нельзя. Духовка быстро накаляется и быстро остывает, поверхность изделия часто пригорает, а внутри оно не выпекается. Поэтому, когда пекут в духовке, надо тщательно следить за ее температурой.

В духовке лучше печь, когда плита уже хорошо нагрелась и в топке образовался слой раскаленных углей с горячей золой, так как тогда в духовке сохраняется более постоянная температура.

В последнее время широкое распространение получила печь-«чудо». Она бывает электрической или приспособленной для выпечки на керогазе, примусе, керосинке, газовой плитке.

Печь-«чудо» состоит из трех частей: подставки, формы и крышки. В форме и крышке имеются отверстия, через которые во время выпечки свободно циркулирует теплый воздух, благодаря чему поверхность изделия румянится.

Форма рассчитана на одновременную выпечку теста из 0,5 кг муки.

Выпечка производится следующим образом: прежде всего на керогаз или керосинку ставят для нагрева подставку печи. Форму смазывают внутри жиром и посыпают мукой или белыми сухарями.

Затем в нее кладут тесто (если тесто дрожжевое, то ему дают подняться в форме). После этого форму накрывают крышкой так, чтобы отверстия были закрыты, и ставят на огонь на разогретой подставке. Через 15—20 минут крышку поворачивают так, чтобы отверстия открылись, и продолжают выпекать еще 20—25 минут. За это время тесто сверху зарумянивается.

Готовность выпечки определяется, как обычно, лучинкой.

В печи«чудо» можно выпекать разные пироги с начинкой и без начинки, кексы, бабки, булочки, а также бисквиты (в последнем случае дно и края формы выстилают пергаментной бумагой). В ней также можно тушить рыбу или мясо, сушить сухари и т. д.

Наблюдение за мучными изделиями во время выпечки. Каждая печь имеет свои особенности, и поэтому если хозяйка нехорошо ознакомилась с ней, при выпечке могут быть всякие неудачи. Если печь нагревается сверху больше, чем ее под, то изделия следует накрыть влажной бумагой, а если под печет сильнее, то, ставя лист с тестом в печь, надо поставить под него еще один лист.

Изделия считаются выпеченными, если они пекутся определенное время при необходимой температуре и корочка их становится румяной. Готовность теста определяется заостренной лучинкой. Если воткнутая в тесто и сейчас же вынутая обратно лучинка окажется сухой, то изделие следует считать готовым; в противном случае надо продолжать выпечку. Кроме того, хорошо выпеченное изделие отстает от формы. Бисквитное изделие считается выпеченным, если при надавливании пальцем оно сразу принимает прежнее положение.

Принадлежности. Необходимо иметь несколько глиняных и эмалированных мисок разной величины, чтобы растирать и замешивать тесто, несколько деревянных ложек, кухонные доски разной величины для приготовления теста или добавлений к нему, веничек, спираль или машинку для взбивания белков, скалку, сито для просеивания муки, колесико и формочки для вырезывания изделий, кисточку для смазывания поверхности изделий, шприц для отделки изделий, стакан, литр, весы, столовую и чайную ложки.

Кроме того, надо и меть комплект различных кондитерских листов для выпечки.

Для булок употребляется узкий, продолговатый противень с высокими бортами, расширяющимися кверху.

Форма для кексов бывает длиной около 30 см и шириной (внизу) 10 см, высотой 10—12 см. Для кексов употребляют также продолговатую форму с волнистым дном и круглую форму с полой серединой (кольцевидную). Все кексы можно печь в печи-«чудо».

Для мазурок, печенья и других мелких изделий употребляются продолговатые широкие листы с низкими бортам и, открытые с одного конца.

Бабы выпекают в высоких круглых или зубчатых формах, расширяющихся кверху.

Саварены выпекают в круглых формочках с полой серединой, как для кекса, но меньших размеров.

Для тортов чаще всего употребляются круглые формы разных размеров. Очень удобно иметь раздвижные формы, так как готовые торты легче вынимаются из них.

Немедленно после употребления посуду и листы надо вымыть, высушить и держать в предназначенном для них месте.

Черные листы быстро ржавеют. После очистки их рекомендуется смазать растительным маслом, а перед употреблением вытереть.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА С ЗАКВАСКОЙ ХЛЕБ РАЗНЫХ СОРТОВ

В питании человека хлеб занимает важное место. В его состав входят белки, углеводы, жиры, минеральные вещества, витамины и вода, то есть все основные питательные вещества, необходимые для человеческого организма. Питательность хлеба зависит от его качества: чем рыхлее хлеб, тем лучше пропитывают его пищеварительные соки и тем лучше он усваивается организмом человека. Красивый вид и приятный запах хлеба возбуждают аппетит и улучшают пищеварение. Поэтому очень важно научиться выпекать хороший хлеб.

В нашей стране в большом количестве употребляется черный хлеб из обыкновенной ржаной муки.

Основное сырье для хлеба — это мука и вода, а вспомогательное — закваска, дрожжи, картофель и др. Для улучшения вкуса в тесто кладут сахар и тмин.

Ржаной хлеб разрыхляется закваской или закваской и дрожжами, а пшеничный — дрожжами. В закваске имеются дрожжи и молочная кислота, придающая хлебу приятный кисловатый вкус. Закваска — это кусок теста от предыдущей выпечки хлеба. Прежде для ржаного хлеба часто не пользовались никакой закваской, но никогда не мыли квашню, и замешенное в ней тесто само начинало бродить. Это негигиенично и делать не рекомендуется. Лучше квашню каждый раз мыть, а на закваску оставлять кусок теста весом около 0,5 кг. Поверхность теста сглаживают, кладут в эту же квашню и, накрыв ее крышкой или салфеткой, ставят в прохладное место. Перед употреблением закваску разводят в теплой воде и при замесе хлеба кладут в тесто.

Если готовой закваски не имеется, ее приготовляют до выпечки хлеба. Надо взять 500 г ржаной муки, 25 г дрожжей, 1—1,5 литра теплой воды, замесить и поставить в теплое место для брожения. Приблизительно через сутки закваской уже можно пользоваться. В приготовленной закваске имеются не только дрожжевые грибки, но и молочнокислые бактерии.

Закваска не всегда бывает хорошей; кроме того, каждая закваска имеет особый вкус, и поэтому говорят, что у каждой хозяйки хлеб разный. Это зависит от молочнокислых и других бактерий в закваске. Поэтому в приготовляемую за кваску рекомендуется влить около полстакана хорошей простокваши.

В печи хлеб выпекается в течение 2½—3 часов. Готовность

хлеба определяют по звуку. Надо постучать пальцем по дну буханки: если звук звонкий, то хлеб выпечен.

Рекомендуется, вынув хлеб из печи, слегка смочить поверхность буханок водой, накрыть салфеткой и не выносить сразу в холодное помещение, а дать хлебу остыть на кухне.

Хлеб и другие мучные изделия с закваской или на дрожжах дают припек, то есть вес их увеличивается. Припек зависит от влажности муки и содержания в ней клейковины. Чем суше мука, тем больше она впитывает воды, и тем более увеличивается вес изделия. Из 1 кг хорошей муки получается 1,5 кг хлеба, из муки среднего качества — 1,3 кг, из плохой муки — еще меньше.

Разрезав остывшую буханку хорошего хлеба, можно увидеть одинаковые маленькие поры — это мелкопористый хлеб. Если тесто недостаточно заквасилось, плохо замешено или мука была недоброкачественной, то хлеб получается с крупными и неодинаковыми порами, а иногда совсем спадается. При недокисшем или перекисшем тесте, прелой муке или если свежевыпеченный хлеб был смят, от хлеба отстает корка.

Всевозможные виды хлеба можно подразделить на следующие основные группы: ржаной обыкновенный, ржаной лучшего качества, пшеничный обыкновенный, пшеничный лучшего качества.

Ржаной и пшеничный хлеб лучшего качества отличается от обыкновенного тем, что в него добавляется сырье, повышающее питательность и улучшающее вкус, как, например, сахар, тмин и др.

735. ХЛЕБ РЖАНОЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ

8 кг муки, 4 литра воды, 80 г соли.

Взять 1/3 предназначенной для выпечки хлеба муки, добавить теплой воды, размешать и прибавить растворенную отдельно в теплой воде закваску. Тщательно перемешать, тесто посыпать сверху мукой, квашню хорошо укрыть и поставить в теплое место кваситься. Тесто в квашне не должно занимать более 1/3 ее объема, так как во время брожения тесто поднимется и его объем увеличится в 2—3 раза. Приблизительно через 14 часов, когда тесто заквасится, его следует хорошо выбить, добавить остальную муку, соль, хорошо вымесить и снова поставить в теплое место, чтобы тесто поднялось.

Печь затапливают тогда, когда хлеб начинает подниматься. Буханки средней величины разделывают непосредственно на лопате, выстланной капустными или дубовыми листьями, аиром или посыпанной отрубями. Поверхность смочить водой и сгладить, чтобы не было трещин. Посадить в чисто выметенную горячую печь. Хлеб выпекается 2—2½ часа. Поверхность выпеченного хлеба следует слегка смочить горячей водой, затем накрыть буханки чистой сухой салфеткой, так как от этого корка становится более мягкой. Горячие буханки нельзя класть одну на другую, потому что у смятого хлеба отстает корка. Хлебу следует дать остыть на кухне и затем вынести в прохладное помещение.

736. ХЛЕБ РЖАНОЙ ЗАВАРНОЙ

8 кг муки, 3,5 литра воды, 80 г соли, тмин.

Вынуть из квашни закваску, всыпать 1/3 муки, предназначенной для выпечки хлеба, заварить ее кипятком и тщательно размешать, чтобы не осталось комков сухой муки. Квашню накрыть и оставить на 2—3 часа, чтобы тесто засолодело. Затем добавить растворенную в теплой воде закваску, снова хорошо выбить, посыпать тесто сверху мукой и поставить кваситься в теплое место на 18—20 часов. На следующий день, когда тесто заквасится, выбить его, добавить оставшуюся муку, растертый с солью тмин, хорошо вымесить и поставить в теплое место. Пока заварной хлеб поднимется, проходит больше времени, чем для обыкновенного. Поэтому печь следует затопить, когда тесто уже хорошо поднялось. Выпекать так же, как обыкновенный хлеб. Через час вынуть буханки, увлажнить поверхность кипятком, снова поставить в печь, но на другое место, и выпекать до готовности.

Заварной хлеб вкуснее, он имеет кисло-сладкий вкус и долго не черствеет.

737. ХЛЕБ ЧЕРНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ

8 кг ржаной муки, 3 литра воды, 2 кг картофеля, 80 г соли.

Картофеля в хлеб можно добавлять не больше чем 1/4 часть веса муки. Картофель сварить с кожурой, затем очистить и размять или пропустить через мясорубку. Картофель и 1/3 муки, предназначенной для выпечки, размешать с теплой водой, добавить растворенную закваску, посыпать мукой и поставить кваситься в теплое место. В дальнейшем поступают так же, как при выпечке обыкновенного ржаного хлеба.

738. ХЛЕБ ЗАВАРНОЙ ИЗ ПЕКЛЕВАННОЙ РЖАНОЙ МУКИ

8 кг пеклеванной ржаной муки, 3,5 литра воды или молочной сыворотки, 80 г соли, тмин.

1/3 предназначенной для выпечки муки заварить кипятком или сывороткой, размешать, чтобы не осталось сухой муки, и оставить на несколько часов, чтобы тесто засолодело. В течение этого времени тесто несколько раз хорошо выбить. Выбив тесто в последний раз, добавить растворенную закваску. Если тесто слишком жидкое, добавить муки, выбить и, посыпав мукой, оставить кваситься 24—30 часов. В это время рекомендуется 4—5 раз выбить тесто. Когда тесто заквасится, добавить остальную муку, соль с тмином и хорошо вымесить. Из поднявшегося теста разделывают буханки (меньшие, чем буханки черного хлеба) и выпекают около 2 часов. В дальнейшем поступают так же, как при выпечке черного хлеба.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА

К этой группе изделий относятся хлеб и обыкновенные или заварные хлебцы, которые можно приготовить не только с закваской, но и на дрожжах, а также пшеничные, ячменные и ржаные рагайшисы (литовские национальные блюда), булки и все прочие изделия, разрыхляемые дрожжами.

Дрожжи представляют собой скопление огромного количества одноклеточных грибков. Они размножаются почкованием. Если дрожжи имеют в достаточном количестве легкодоступную пищу, они начинают размножаться так быстро, что клеточки не успевают отделиться одна от другой и образуют целые колонии.

Дрожжи сбраживают сахар, превращая его в спирт и углекислый газ. При высокой температуре спирт и углекислый газ испаряются и поднимают тесто.

Необходимым условием для размножения дрожжей является не только пища, но и тепло. Наиболее благоприятна температура от 27 до 35° тепла. При 40° дрожжи перестают размножаться, а при 50° они погибают.

В тесто употребляют прессованные культурные дрожжи. Они должны быть свежими, желтоватого цвета, с приятным спиртовым запахом. Более старые дрожжи не должны быть горькими и кислыми на вкус. Хорошие дрожжи не крошатся и не клеятся. При разломе они делятся на слои.

Чтобы дрожжи дольше сохранились, их надо держать завернутыми в бумагу при температуре 6—8° тепла. В таких условиях дрожжи сохраняются около 3 недель. Затем, после использования всех питательных веществ, они погибают. При желании сохранить дрожжи еще более продолжительное время, их следует подкармливать. Из тертого вареного картофеля, муки и воды делают кашицу, кладут в нее дрожжи и, размешав, разливают в бутылки (до 1/2—1/3 объема бутылки). Сверху их заливают чистой водой, которую необходимо еженедельно менять.

Дрожжи можно сохранять и в сушеном виде. Для этого их надо раскрошить, посыпать мукой и высушить в не слишком теплом месте. Сухие дрожжи сохраняют в темноте (в стеклянной банке или в мешочке) .

Для разрыхления теста, приготовленного из 1 килограмма муки, требуется от 15 до 40 г дрожжей. Чем сдобнее тесто (чем больше в нем сахара, яиц и масла), тем больше нужно и дрожжей.

Дрожжевое тесто отличается от других видов теста тем, что

обычно его делают более жидким и менее сдобным.

Приготовление **дрожжевого теста**. Дрожжевое тесто бывает обыкновенное и заварное. Для приготовления обыкновенного теста на 1 кг муки берут 10—15 г соли, около 500 г воды или молока и 15—25 г прессованных дрожжей. Такое тесто поднимается медленно, и приготовлять его надо приблизительно за 4—5 часов до начала выпечки.

Если нужно, чтобы тесто быстрее поднималось, можно увеличить дозу дрожжей. Следует, однако, помнить, что от слишком большого количества дрожжей изделия приобретают неприятный вкус и быстро черствеет.

Чем влажнее мука, тем меньше воды она впитывает. Поэтому при замесе теста норму воды приходится соответственно увеличить или уменьшить. Количество воды может колебаться в пределах от 45 до 55 процентов веса муки.

Температура жидкости для теста не должна превышать 40°. Дрожжи растирают с небольшим количеством сахара до образования жидкой кашицы, которую вместе с 1/3 муки кладут в жидкость и замешивают тесто. Сверху насыпают толстый слой муки. Посуду с тестом накрывают салфеткой и ставят в теплое место (27—35°). Брожение продолжается 2½—3 часа, причем температура теста должна быть 29—30°.

При размножении дрожжи, как уже было сказано, выделяют углекислый газ, который разрыхляет тесто. Когда образуется слишком много углекислого газа, брожение замедляется и тесто перестает подниматься, уменьшается в объеме. Тогда его следует вымесить, чтобы выделился избыток углекислого газа. Под влиянием кислорода воздуха, попадающего в тесто во время замешивания, дрожжи снова начинают размножаться, и благодаря этому тесто лучше поднимается.

Когда тесто начинают месить, его прежде всего надо выбить и растереть все комки. Затем добавляют муку (следует оставить горсточку муки для посыпки формы), соль и яйца, подготовленные так, как указано в рецептуре. Тесто следует месить не кулаком, а разминать его пальцами. К концу замеса добавляют растопленный или стертый в кашицу животный жир, растительный жир или столовый маргарин. Тесто замешивают до тех пор, пока оно не перестанет приставать к рукам и к стенкам посуды.

Замешенное тесто смазывают сверху тонким слоем жира, чтобы оно не покрылось корочкой. Через 1 — 1½ часа тесто вторично поднимается.

Для сдобного теста добавляют яйца целиком, а в изделия высшего качества — одни желтки. Для несладкого теста желтки

растирают с солью, а для сладкого — с сахаром. Если кладется все яйцо, белок обязательно следует взбить в пену. Для приготовления баб и других изделий высшего сорта яйца с сахаром взбивают в посуде, поставленной в горячую воду (в «горячей бане»).

Для ускорения приготовления теста его можно замесить сразу из всех продуктов, подготовленных вышеуказанным способом. Тесту дают подняться только один раз и разделывают его.

З а в а р н о е дрожжевое тесто замешивают на кипящем молоке, которым заваривают 1/3 муки, а затем хорошо выбивают. Тесто накрывают салфеткой и оставляют для брожения. Остывшее до 35° тесто вторично выбивают, добавляют в него дрожжи, растертые с сахаром, половину оставленной муки и тщательно вымешивают. Сверху тесто посыпают мукой и ставят в теплое место. Когда тесто поднимется, его замешивают, прибавляя прежде всего муку, соль, подготовленные соответствующим образом яйца, а под конец — растопленный жир.

Поднявшееся замешенное тесто разделывают, и изделия кладут на смазанные маслом и посыпанные мукой листы. Между изделиями должны быть промежутки, чтобы при выпечке они не склеились. Листы с изделиями ставят на 25—60 минут в теплое место (30—35°), чтобы они снова поднялись. Если приготовленные изделия недостаточно поднялись, то при выпечке получаются трещины, изделия бывают спавшимися, нерыхлыми; наоборот, слишком поднявшиеся изделия получаются чрезмерно пористыми.

Чтобы булочки получились мягкими, следует во время выпечки увлажнить воздух в печи (поставить в нее горшок с кипящей водой или положить хорошо смоченную тряпку).

При выпечке булки следует заполнять тестом только 1/2—2/3 формы.

Булка весом 1 кг выпекается в течение 40-50 минут, 0,5 кг — в течение 25 минут, баба весом 1 кг — в течение 40 минут, пирог из жирного теста с творожной массой — в течение 1 часа.

Изделиям из сдобного теста дают остыть в формах, и только затем формы опрокидывают на мягкую подстилку.

Для улучшения внешнего вида изделий их смазывают за 10 минут до конца выпечки взбитым яйцом или одним желтком. Некоторые высококачественные изделия после смазывания можно посыпать порубленным миндалем, орехами или крошками, приготовленными из 100 г сахарной пудры, 50 г масла, 150 r муки и ½ яйца. Верх можно обсыпать также обыкновенными сухарями, смешанными с сахаром, орехами и миндалем; уже

выпеченные изделия можно посыпать сахарной пудрой.

Небольшие изделия из дрожжевого теста выпекают при температуре 260—280°, а крупные — при температуре 230—250°.

739. ХЛЕБ РЖАНОЙ ПЕКЛЕВАННЫЙ НА ДРОЖЖАХ

7 кг ржаной муки, 3—4 литра воды, 100 г дрожжей, немного сахара и 70 г соли.

Половину муки размешать в теплой воде и добавить дрожжи, растертые с сахаром или разведенные в воде. Вымешать, сверху посыпать мукой и поставить в теплое место, чтобы тесто поднялось.

После того как тесто поднимется, а затем начнет уменьшаться в объеме (приблизительно через 10—12 часов), добавить остальную муку, хорошо вымесить и дать снова подняться.

Этот сорт хлеба рекомендуется замесить с вечера.

Выпекать как обычно.

740. ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ИЗ РЖАНОЙ И ПШЕНИЧНОЙ МУКИ НА ДРОЖЖАХ

4 кг ржаной пеклеванной муки, 1 кг пшеничной пеклеванной муки, 2,5 литра простокваши или же свежей сыворотки или пахты, 100 г дрожжей, 40 г тмина, 100 г картофельного крахмала для смазывания корки, 40 г соли.

Молоко, сыворотку или пахту нагреть. Из половины ржаной муки, молока и дрожжей, растертых с сахаром, замесить тесто. Сверху посыпать мукой и поставить в теплое место. Через 2—2½ часа, когда тесто поднимется, хорошо выбить его и замесить с остальной ржаной и пшеничной мукой. Для вкуса можно добавить растертый тмин или чернушку и соль.

Поверхность замешенного теста смочить водой. Когда тесто поднимется, положить его в круглые миски или продолговатые формы и дать еще раз подняться. Лопату, на которой хлеб садят в печь, посыпать отрубями, опрокинуть на нее буханку из формы и обдать кипятком. Выпекать 30 минут, затем вынуть из печи по одной буханке, сверху смазать кашицей из разведенной картофельной муки и выпекать еще 30 минут.

Этот хлеб очень вкусен, когда он свежий, но через 3—4 дня он черствеет.

РАГАЙШИС (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

741. РАГАЙШИС ПШЕНИЧНЫЙ

500 г пшеничной муки крупного помола, 1½ стакана воды или молока, 6 г соли, 10 r дрожжей, 20 г сахара.

Воду или молоко подогреть. Отдельно в стакане растереть дрожжи с сахаром до образования жидкой кашицы. Из нагретого молока, 1/3 муки и дрожжей замесить в миске тесто, поставить в теплое место и дать подняться.

Поднявшееся тесто выбить, всыпать соль и остальную муку, очень хорошо вымесить и дать вторично подняться. Затем разделать тесто на продолговатые или круглые хлебцы — рагуолисы (в данном случае только один хлебец), положить на доску или в форму и снова дать подняться. Перед выпечкой рагуолис смазать сверху взбитым яйцом. Выпекать 45 минут. Выпеченный рагуолис натереть сверху шпиком.

742. РАГАЙШИС ПШЕНИЧНЫЙ НА ПРОСТОКВАШЕ

900 г пшеничной муки крупного помола, 2½ стакана неснятой простокваши, 1 яйцо, 20 г дрожжей, 12 г соли, немного сахара.

Из подогретой простокваши, 1/3 муки и растертых с сахаром дрожжей замесить тесто. Когда тесто поднимется, положить остальную муку, соль, яйцо и хорошо вымесить. Дальше поступать так же, как при выпечке обыкновенного пшеничного рагайшиса.

743. РАГАЙШИС ЯЧМЕННЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ

1 кг просеянной ячменной муки крупного помола, 3 стакана воды или цельного молока, 20 г дрожжей, 10 г соли, 20 г сахара.

В подогретое молоко положить растертые с сахаром дрожжи, 1/3 муки и замесить тесто. Когда тесто поднимется, выбить его, добавить соль и остальную муку, хорошо промесить, накрыть и поставить в теплое место, чтобы тесто снова поднялось. Разделать на доске 3 круглых хлебца-рагуолиса. Посыпать мукой лопату и, когда рагуолисы поднимутся, посадить их в горячую печь, прямо на под. Выпекать 45 минут. Готовый рагайшис натереть сверху шпиком.

Ячменный рагайшис получается вкуснее, когда он сделан из более мягкого теста. Для придания ему лучшего вида рагайшис можно выпекать в миске или форме. Ячменный рагайшис вкусен только пока он свежий, поэтому не следует выпекать сразу большое количество этого хлеба.

744. РАГАЙШИС ЯЧМЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ

600 г муки, 2 стакана молока, 5—6 штук вареного картофеля средней величины, 9 г соли, 15 г дрожжей.

Картофель натереть или хорошо растолочь. Из 1/3 муки, молока, размятого картофеля и растертых дрожжей замесить тесто. Посыпать сверху тесто мукой, накрыть и поставить в теплое место. Когда тесто подойдет, добавить остальную муку, соль, хорошо вымесить и снова дать подняться. В дальнейшем поступать так же, как при выпечке других видов рагайшиса.

Рагайшис с картофелем получается более мягким, рыхлым и не очень быстро черствеет.

БУЛКИ

745. БУЛКА ОБЫКНОВЕННАЯ

1 кг муки, 2 стакана молока или воды, 20 г дрожжей, 10 г соли, 1 чайная ложка сахара, 1 яйцо.

Подогреть молоко, положить в него половину муки и растертые с сахаром дрожжи. Тесто хорошо выбить, посыпать сверху мукой и дать подняться в теплом месте. Когда тесто опадет, всыпать сразу всю остальную муку, соль и месить до тех пор, пока тесто не перестанет приставать к рукам и в нем образуются пузырьки воздуха. Разровнять поверхность теста, смазать маслом и поставить посуду в теплое место, чтобы тесто поднялось. Затем выложить в формы до 2/3 их объема, дать тесту подняться, смазать яйцом и выпекать 45—50 минут.

746. БУЛКА СДОБНАЯ

1 кг муки, 30 г дрожжей, 1½ стакана молока, 50 г растопленного масла или 80 г маргарина, 50 г сахара, 1 яйцо, немного чернушки, 10 г соли.

Молоко подогреть и налить в миску, в которой будут месить тесто. Дрожжи накрошить в стакан, добавить чайную ложку сахара и растирать до образования жидкой кашицы. Затем вылить дрожжи в молоко (температура молока не должна превышать 35°), добавить половину муки и все выбить. Тесто посыпать сверху толстым слоем муки, накрыть салфеткой и еще чем-нибудь теплым, поставить в теплое место, чтобы тесто поднялось.

Спустя 2—3 часа (в зависимости от количества дрожжей), когда тесто уменьшится в объеме, замесить его. При замесе прежде всего положить остальную муку, соль, растертый с сахаром желток и чернушку. К концу замеса добавить растопленное масло и взбитый белок.

Тесто месить до тех пор, пока оно не перестанет приставать к краям миски и к рукам и в нем образуются пузырьки воздуха.

Затем сгладить поверхность теста, смазать жиром (чтобы оно не по крылось корочкой) и дать подойти еще раз в теплом месте.

Тем временем затопить печь. Когда печь наполовину вытопилась, поднявшееся тесто выложить в формы (до 2/3 их объема) и снова поставить в теплое место, чтобы тесто еще раз поднялась. Прежде чем выпекать булки, смазать их взбитым яйцом. Если тесто до выпечки не успело как следует подняться, булки в печи поднимаются неравномерно, пузырятся, а на их поверхности, особенно с боков, образуются трещины.

Булка весом 1 кг выпекается в течение 1 часа.

747. БУЛКА ЗАВАРНАЯ

1 кг муки, 30 г дрожжей, 1½ стакана молока, 50 г растопленного масла, 50 г сахара, 1 яйцо, чернушка, 10 г соли.

Половину муки заварить кипящим молоком и хорошо выбить, чтобы не осталось комков. Когда тесто остынет до 35°, добавить растертые с сахаром дрожжи, размешать, посыпать тесто мукой и дать подняться в теплом месте. Затем поступать так же, как при выпечке сдобной булки (746). Заварная булка сочнее и не так быстро черствеет.

Заварную булку следует выпекать на 10 минут дольше, чем сдобную.

748. БУЛКА С КАРТОФЕЛЕМ

1 кг муки, 0,5 кг вареного картофеля, 1½ стакана молока, 30 г дрожжей, 10 г соли, 2—3 яйца, 50 г масла или 80 г маргарина, 20 г сахара.

Вареный картофель очистить и пропустить через мясорубку или размять. Положить в миску, развести теплым молоком и растереть. Добавить дрожжи, растертые с сахаром, и 1/3 муки. Затем поступают так же, как при выпечке сдобной булки (746). Выпеченные изделия получаются легкие, мягкие и не быстро черствеют.

749. БУЛКА С МОРКОВЬЮ

2 стакана натертой свежей моркови, 2 стакана молока, 1 кг муки, 50 г дрожжей, 150 г сахара, 5 г соли, 80 г масла, 1 яйцо, немного ванили.

Натертую морковь, молоко и кусочек ванильной палочки варить в закрытой посуде до размягчения моркови. Сваренную кашицу развести холодным молоком, чтобы в общей сложности получилось 0,5 литра. Охладить до 35°, добавить дрожжи, растертые с сахаром, половину муки и замесить тесто. Затем поступают так же, как при выпечке сдобной булки (746). Выпекать 1 час.

Выпеченные изделия имеют красивый оранжевый цвет, приятный запах и вкус.

750. БУЛКА С ТЫКВОЙ

2 стакана мелко нарезанной тыквы, 1 стакан молока, 1 кг муки, 50 г дрожжей, 2 яйца, 150 г сахара, 100 г масла, ваниль, 5 г соли.

Мелко нарезанную тыкву варить с молоком и палочкой ванили до размягчения. Затем протереть через сито, охладить, добавить молока, чтобы в общей сложности получилось 0,5 литра. Затем поступают так же, как при выпечке сдобной булки (746). Выпекать 1 час.

Выпеченные изделия получаются светло-желтого цвета.

751. РУЛЕТ С МАКОМ

1 кг муки, 1½ стакана молока, 4 желтка, 175 г сахара, 50 г масла, 50 г дрожжей, цедра от 1 лимона, 5 г соли.

Для маковой начинки: 300 г мака, 250 г сахара, 1 яйцо, 50 г сладкого миндаля или орехов, ванильный сахар, 30 г цукатов (апельсиновая корка, сваренная в сахаре).

Размешать и замесить тесто так же, как для сдобной булки (746).

Мак тщательно промыть и залить горячей водой, чтобы он набух. Затем воду слить, пропустить мак через мясорубку или растереть в неглазурованной глиняной посуде. Очищенный миндаль мелко порубить. Цукаты разрезать на длинные узкие полоски. Желток растереть с частью сахара. Когда тесто поднимется, взбить белок в пену. Мак, остальной сахар, растертый желток, взбитый белок и пряности перемешать.

Тесто разделить пополам. На посыпанной мукой салфетке раскатать отдельно каждый кусок теста в пласт толщиной 1 см, помазать каждый из них начинкой из мака (оставить ненамазанные края в 1 см). Осторожно, не надавливая, свернуть рулет и уложить его на продолговатый лист.

То же самое сделать со вторым пластом теста. Рулеты поставить в теплое место и дать расстояться. Затем смазать их яйцом и выпекать 45—50 минут.

Чтобы поверхность рулета стала мягкой, испеченный рулет надо накрыть влажной салфеткой; если рулет выпекают в печи, то в ней увлажняют воздух.

Остывший рулет разрезают острым ножом на тонкие ломтики.

752. РУЛЕТ "ВЕРЕВКА"

1 кг муки, 1½ стакана молока, 4 желтка, 150 г сахара, 80 г масла или 100 г маргарина, 50 г дрожжей, ½ чайной ложки соли.

Для начинки из мака: рецептура такая же, как для рулета с маком (751). Взять половину порции.

Для начинки из творога: 600 г свежего несоленого творога, 3 яйца, 100 г сахара, ваниль.

Тесто приготовить так же, как указано для сдобной булки (746), а начинку из мака — как для рулета (751).

Творог хорошо растереть в миске, чтобы не осталось комков. Добавить растертые с сахаром яйца. ваниль и тщательно растереть.

Когда тесто подойдет, разделить его на 4 части. 2 куска раскатать в пласт толщиной 1 см. Один из них намазать начинкой из мака, а другой — начинкой из творога. Каждый пласт свернуть в виде длинного рулета и свить из обоих рулетов «веревку». То же самое сделать с остальным тестом. «Веревки» уложить на продолговатые листы, дать подняться, сверху смазать взбитым яйцом и выпекать 45—50 минут.

753. ПЛЕТЕНАЯ ПЕСТРАЯ СДОБНАЯ БУЛКА

1 кг муки, 1½ стакана молока, 50 г дрожжей, 4 яйца, 100 г масла, цедра от 1 апельсина, 1-2 ст. ложки мака, 15—20 г какао, 50 г сушеной черники или изюма, 150 г сахара, 5 г соли.

Приготовить тесто так, как указано для сдобной булки (746). К концу замеса разделить тесто на 3 части. В одну из них положить ошпаренный и набухший, а затем осушенный мак, во вторую — промытую и затем осушенную чернику или изюм, а в третью — какао. Каждый сорт теста вымесить отдельно и дать подняться. Затем каждый кусок раскатать в виде продолговатого валика и из всех трех валиков сплести плетенку. Сразу уложить ее в узкую продолговатую форму, дать расстояться и, смазав яйцом, выпекать 50—55 минут.

754. КРЕНДЕЛЬ «УЛИТКА» (выпекать в «чудо»-печи)

500 г муки, 1 стакан молока, 1—2 желтка, 80 г масла или 100 г маргарина, 30 г дрожжей, 100 г сахара, цедра от 1 лимона и немного соли, 250 г мармелада.

Тесто приготовить так, как указано для сдобной булки (746). Когда замешенное тесто поднимется, раскатать его слоем толщиной 7 мм и разрезать на кусочки шириной 6 см. Каждую полоску смазать мармеладом и свернуть в валик.

Круглую форму с полой серединой или «чудо»-печь смазать жиром, посыпать мукой и, не сжимая, составить все валики так, чтобы они соприкасались друг с другом краями. Поднимаясь, все они сольются и образуют крендель. Смазать яйцом, выпекать в печи или «чудо»-печи на керогазе в течение 45 минут. Испеченный крендель посыпать сахарной пудрой.

Крендель подают на подставке для торта или на большой круглой тарелке. Можно подать его разрезанным.

755. ВИТОЙ ПЕСТРЫЙ ВЕНОК (выпекать в «чудо»-печи)

500 г муки, ¾ стакана молока, 1—2 яйца, 100 г масла или маргарина, 100 г сахара, 30 г дрожжей, немного соли, лимонная цедра или другие пряности.

Д о б а в л е н и я: 200 г изюма, 60 г миндаля или 250 г вылущенных орехов, 60 г сахара, 100 г масла, 2 чайные ложки корицы.

Замесить тесто так же, как указано для сдобной булки (746). Когда тесто поднимется, разделить его на 2 части, раскатать в виде продолговатых пластов толщиной 0,5 см и толсто намазать слегка разогретым маслом. Всю поверхность равномерно посыпать изюмом, порубленным миндалем или орехами, смесью сахара с корицей. Затем свернуть каждый пласт обыкновенным рулетом и из обоих рулетов свить веревку. Осторожно уложить в форму и дать подняться. Тогда смазать яйцом, посыпать измельченными орехами или миндалем. Выпекать 40 минут. Выпеченный венок посыпать сахарной пудрой.

756. ВЕНОК (выпекать в «чудо»-печи)

¾ стакана сливок, 25 г дрожжей, 400 г муки, 2 желтка, 100 г сахара, 50 г масла.

Д о ба в л е н и я: 50 г изюма, 2 чайные ложки корицы, 50 г сахара, 100 г мелко нарезанных слив.

Замесить дрожжевое тесто на согретых сливках. Когда тесто поднимется, хорошо вымесить его, положив сначала растертые желтки с сахаром и муку, а к концу замеса — растопленное масло.

Когда замешенное тесто поднимется. раскатать его в пласты толщиной 1 см и такой величины, как дно формы, в которой венок будет выпекаться. Середину пластов вырезать стаканом. Первый пласт осторожно уложить в форму и посыпать смесью из сахара, изюма и мелко нарезанных слив. На него положить второй пласт и также посыпать этой смесью, затем — третий пласт и так далее, пока форма не будет заполнена приблизительно наполовину. Когда венок поднимется, верхний слой смазать яйцом и посыпать крошками. Выпекать в течение 45 минут.

Венок подается на подставке для торта целиком или разрезанным на тонкие ломтики.

757. КРЕНДЕЛЬ

1 стакан молока, 8 желтков, 1 стакан разогретого масла, 60 г дрожжей, 1 кг муки, цедра от 1 лимона, 1 стакан изюма, 50 г сладкого миндаля или орехов, ½ стакана сахарной пудры.

В подогретое молоко положить желтки, взбить, добавить 1/3 муки и растертые с сахаром дрожжи и замесить тесто. Когда тесто поднимется и снова опадет, выбить его, добавить остальную муку, сахарную пудру и вымесить. К концу замеса добавить растопленное масло и цедру. Тесто следует хорошо вымесить, чтобы в него попало возможно больше воздуха. Оно должно быть более крутым, чем для булочек.

Когда замешенное тесто поднимется, сделать крендель, уложить на лист и дать снова подняться. Выпекать 40 минут. Затем вынуть из печи, смазать желтком, обсыпать изюмом и нарубленным миндалем или крошками, приготовленными из 50 г масла, 100 г муки, 50 г сахарной пудры. Выпекать еще 15 минут.

Вынутый из формы крендель подается неразрезанным на продолговатой подставке. На подставку, в углубление посреди кренделя, ставят живые цветы. Этот крендель — традиционное изделие ко дню рождения.

БУЛОЧКИ

758. РОЖКИ К ЧАЮ

600 г муки, 1 стакан молока, 15 г дрожжей, 50 г масла, 4 желтка, 50 г сахара, 5 г соли, 15 г мака, 1 яйцо для смазывания.

Приготовить дрожжевое тесто так, как указано для сдобной булки (746).

Когда замешенное тесто поднимется, раскатать на доске круглый пласт толщиной 0,5 см и намазать его разогретым маслом. Приблизительно определить, где находится центр слоя, и разрезать тесто (от краев к центру) на равные треугольники, наружная сторона которых должна быть длиной около 15 см. Каждый треугольник свернуть, начиная с края, так, чтобы острый угол оказался внизу. Свернутую трубочку выгнуть в виде подковки. Рожки уложить на подготовленный лист и дать подойти. Затем смазать яйцом и обсыпать сухим маком. Выпекать 15—20 минут.

759. РОЖКИ К ЧАЮ

½ стакана молока, 500 г муки, 150 г масла, 2 яйца, 4 ст. ложки сметаны, 30 г дрожжей, цедра от 1 лимона, 40 г сахара.

Для начинки: 1 стакан густого яблочного повидла и 50 г сладкого миндаля или орехов для обсыпки.

Замесить дрожжевое тесто так же, как указано для сдобной булки (746). Поднявшееся тесто хорошо выбить, добавить сметану, растертые с сахаром яйца, муку и цедру. К концу замеса добавить масло.

Разделать тесто так же, как для рожков (758), но перед тем как свернуть их положить на каждый треугольник по ложке яблочного повидла. Когда рожки на листе подойдут, смазать их яйцом и обсыпать порубленным миндалем. Выпекать 20—30 минут.

760. БУЛОЧКИ С ТМИНОМ

1 стакан молока, 600 г муки, 30 г дрожжей, 25 г сахара, 2—3 яйца, 50 г маргарина, 50 г масла, 25 г тмина, 1 чайная ложка соли.

Приготовить тесто так же, как указано для сдобной булки (746), но положить в него только 50 г маргарина. Когда тесто поднимется, изготовить из него круглые булочки, сверху острым ножиком сделать надрез крест-накрест. Перед выпечкой смазать каждую булочку яйцом, а сверху, в надрез, положить кусочек масла и посыпать тмином. Выпекать 15—20 минут в печи, в которую поставлен горшок с кипящей водой.

Это же тесто можно раскатать в пласты толщиной 1 см и стаканом нарезать кружки. Середину одного кружка смазать белком и положить на него другой кружок. Вдавить середину, а в углубление положить кусочек масла и посыпать тмином. Сверху смазать яйцом. Выпеченные булочки похожи на цветы, так как их нижняя и верхняя части поднимаются особо.

761. БУЛОЧКИ ВАНИЛЬНЫЕ ПЛЕТЕНЫЕ

1 стакан молока, 600 г муки, 3 желтка, 35 г дрожжей, 75 г сахара, 80 г масла, ваниль и немного соли.

Тесто приготовить так же, как указано для сдобной булки (746). Поднявшееся тесто разделить на куски приблизительно по 50 г. Каждый кусочек в отдельности раскатать в форме жгута, который должен быть более толстым посередине и тоньше с концов. Из каждых трех жгутов сплести «халу», уложить на лист и дать еще раз подняться. Смазать яйцом и выпекать 20 минут.

762. БУЛОЧКИ С ЧЕРНУШКОЙ (ЛИТОВСКОЕ НАЦИОНАЛЬНОЕ БЛЮДО)

1 стакан сливок, 50 г сахара, 2 желтка, 30 г дрожжей, 600 г муки, немного соли, 50 г чернушки для посыпки.

Приготовить тесто так же, как указано для сдобной булки (746).

Поднявшееся тесто раскатать на доске слоем толщиной 1 см. Стаканом вырезать круглые лепешки, уложить их на лист, смазать яйцом и посыпать чернушкой или перед концом выпечки смазать маслом и посыпать сахаром. Выпекать 10—15 минут.

763. ЯБЛОКИ В ПЛАТОЧКАХ

500 г муки, 1 стакан молока, 20 г дрожжей, 2 желтка, 30 г сахара, немного соли, корица.

1 кг небольших неперезрелых яблок, 100 г сахара или 200 г густого яблочного повидла. За неимением яблок можно взять 300 г сырковой массы с изюмом.

Из 1/3 муки, подогретого молока и подготовленных дрожжей замесить тесто и дать ему подняться. При замесе теста прежде всего добавить остальную муку, затем растертые с сахаром желтки и соль. Хорошо вымесив, дать тесту еще раз хорошо подняться. Потом раскатать тесто слоем толщиной 0,5 см и разрезать его на квадраты величиной 12 X 12 см. На каждый квадратик положить по ложке яблочного повидла или сырковой массы или же по приготовленному яблоку.

Яблоки очистить и удалить семенники. Положить яблоко на тесто, посыпать углубление в яблоке сахаром с корицей. Затем поднять кверху углы квадрата и крепко защипнуть их над яблоком, чтобы они не разошлись.

Перед выпечкой смазать яйцом. Выпекать 30—40 минут.

764. БУЛОЧКИ С МАКОМ ИЛИ С ТВОРОГОМ (ВАТРУШКИ)

500 г муки, ¾ стакана молока, 20 г дрожжей, 75 г сахара, 3 желтка, 60 г масла.

Для творожной массы: 250 г творога, 1 желток, ванильный сахар, 50 г сахара.

Для маковой массы: 200 г мака, 75 г сахара, 1 яйцо, 50 г сладкого миндаля или орехов, апельсиновая цедра, 30 г масла.

Тесто приготовляется так же, гак указано для сдобной булки (746).

Творог хорошо растереть, добавить растертый с сахаром желток, ванильный сахар, затем тщательно все растереть.

Мак приготовить следующим образом. Прежде всего хорошо промыть мак, залить водой и подогревать, чтобы мак набух. Затем воду слить и размолоть мак. Положить в него растертое масло, яйцо, молотый миндаль или орехи, сахар и апельсиновую цедру. Класть массу на тесто, хорошо перемешав ее.

Когда тесто поднимется, раскатать его в пласт толщиной 1 см. Вырезать стаканом лепешку и смазать белком. У такой же другой лепешки вырезать рюмочкой середину и наложить эту кольцевидную лепешку на первую лепешку. Приготовленные таким образом булочки уложить на лист и поставить в теплое место для расстойки. Перед выпечкой заполнить углубление в булочке творожной или маковой массой, смазать яйцом и выпекать 20—25 минут.

765. БУЛОЧКИ СО СВИНЫМ САЛОМ

500 г муки, 1 стакан молока, 15 г дрожжей, 15 г сахара, 2 желтка, 50 г маргарина, немного соли, 250 г свежего свиного сала или копченого окорока и копченого сала, 1 луковица, ½ чайной ложки душистого перца, 50 г белых сухарей, ½ чайной ложки корицы и гвоздики.

Тесто приготовить так же, как указано для сдобной булки (746).

Мелко нарезанный лук поджарить с кусочком масла, на эту же сковороду положить мелко нарезанное сало и подогреть его (но не жарить). Снять сало с огня, положить в него пряности, сухари и перемешать.

Поднявшееся тесто раскатать в пласт толщиной 1 см и стаканом вырезать лепешки. На каждую лепешку положить по чайной ложке приготовленного сала, затем сложить лепешку пополам и хорошо защипнуть края. Уложить булочки на лист «швом» вниз. Когда булочки поднимутся, смазать их яйцом и выпекать, пока они не зарумянятся.

766. АМОРФЫ

400 г муки, 200 г масла, 2 желтка, 15 г дрожжей, 1 ст. ложка сливок (можно и сметаны), 1 ст. ложка сахара.

Масло хорошо растереть. Растирая, постепенно класть в него по одному желтку с сахаром. Затем добавить сметану, растертые с сахаром дрожжи и муку. Быстро все замесить. Положить тесто на тарелку, накрыть салфеткой и поставить на 1 час в холодное место. Затем еще раз вымесить. Приготовленное тесто раскатать на доске в валики шириной 1 см и разрезать на куски длиной около 20 см. Эти куски сложить пополам и пару раз перевить (как веревку) или же на каждом валике длиной 10—12 см сделать 2—3 надреза и согнуть его в форме полумесяца.

Перед выпечкой смазать яйцом и посыпать крупным сахарным песком.

Выпекать, пока они не зарумянятся.

767. ПАЛЬЧИКИ К ПИВУ

400 г муки, 15 г дрожжей, 30 г сахара, 2/3 стакана молока, 120 г масла, 1 яйцо.

Для посыпки: 15 г соли, 15 г тмина.

Замесить тесто из растертых с сахаром дрожжей, муки, молока, яйца и масла. Накрыть тесто салфеткой и поставить на несколько часов в холодное помещение. Затем раскатать тесто в пласт толщиной 5—7 мм, разрезать его на полоски шириной 1 см и длиной 10—15 см. Перед выпечкой смазать полоски яйцом и посыпать солью с тмином. Выпекать до тех пор, пока пальчики не зарумянятся.

768. БУЛОЧКИ СЛОЕНЫЕ (СЛОЙКА) НА ДРОЖЖАХ

500 г муки высшего качества, 20 г дрожжей, 1 стакан молока, 4 желтка, 200 г масла или маргарина, 60 г сахара, 5 г соли, немного лимонной или уксусной кислоты, 80 г сахара для прослойки и 100 г орехов.

Приготовить дрожжевое тесто так же, как указано для сдобной булки (746), добавив лимонную или уксусную кислоту. Положить в него только 1/3 масла. Замешенное и поднявшееся тесто охладить, затем раскатать в пласт толщиной 1 см. Края теста должны быть несколько более тонкими, чем середина. Размятым мягким маслом смазать 2/3 пласта и посыпать сахаром. Несмазанную треть пласта загнуть над частью, смазанной маслом, а затем перекрыть смазанной частью.

Посыпать тесто мукой, раскатать в пласт толщиной 2—3 см и сложить его вчетверо. Если в тесто кладут много масла, то тесто надо еще раз раскатать и сложить. В последний раз тесто раскатать в пласт толщиной 0,5 см и разрезать на небольшие ромбики. Перед выпечкой смазать их яйцом и обсыпать крупным сахарным песком с орехами или миндалем.

Дрожжевое слоеное тесто приготовляют при температуре 15—17° тепла.

769. БУЛОЧКИ СЛОЕНЫЕ С ОРЕХАМИ НА ДРОЖЖАХ

1 кг муки, 100 г масла или маргарина, 100 г сахара, 2 стакана воды, 20 г дрожжей, 100 г орехов, 3 желтка.

Из приготовленного, как указано в рецептуре №768, дрожжевого слоеного теста раскатать пласт толщиной 1 см. Разрезать его на полоски шириной 10-12 мм и длиной 20 см. Свернуть каждую полоску и сделать из нее булочку в виде спирали; конец полоски подложить под булочку, что бы он не отделился при выпечке. Булочки оставить при комнатной температуре для расстойки. Затем смазать их яйцом, посыпать нарубленными орехами и выпекать.

770. ЗВЕЗДОЧКИ СЛОЕНЫЕ НА ДРОЖЖАХ

1 кг муки, 200 г сахара, 4 желтка, 2 стакана молока или воды, 20 г дрожжей, 7 г соли, ванильный сахар, 200 г масла или маргарина, 1 яйцо для смазки.

Приготовить слоеное дрожжевое тесто (768) и раскатать его в прямоугольные пласты толщиной 8 мм. Пласты разрезать на небольшие квадраты (10 Х 10 см). Углы квадратов загнуть внутрь и прижать пальцем. Края булочек помазать маслом и уложить их рядами на смазанные жиром листы. Дать подняться, смазать яйцом и выпекать 12—15 минут.

771. ПЕЧЕНЬЕ НА ДРОЖЖАХ

½ стакана сливок, ½ стакана молока, 4 желтка, 30 г дрожжей, 500—700 г муки, 300 г масла, 100 г сахара, лимонная цедра.

Взбить желтки с сахаром, поставив посуду в горячую воду. Влить подогретое молоко и сливки, положить растертые с сахаром дрожжи, 1/3 муки и замесить тесто. Поставить тесто в теплое место, чтобы оно поднялось, а тем временем тщательно растереть масло. Поднявшееся тесто хорошо выбить, затем добавить муку и месить, пока тесто не перестанет приставать к рукам. К концу замеса добавить масло и цедру.

Замешенное тесто раскатать в пласты толщиной 0,5 см. Разными формочками вырезать печенье и выпекать. Выпеченное печенье покрыть сверху сваренной глазурью или перед выпечкой смазать яйцом и посыпать крупным сахарным песком.

ПИРОГИ И МАЗУРКИ

772. «УТОПЛЕННИК»

100 г дрожжей, 225 г сахара, 5 ст. ложек молока, 300 г маргарина, 3 яйца, 400—500 г муки, 0,5 кг джема.

Яйца растереть с сахаром добела. Когда кристаллики сотрутся, добавить дрожжи (растертые с ложечкой сахара), муку, молоко и растопленный маргарин. Замесить тесто, придать ему округлую форму и погрузить в посуду с водой комнатной температуры. Сначала тесто опускается на дно. Спустя приблизительно 3—5 часов, когда тесто всплывет наверх, вынуть его, отжать воду, добавить еще ½ стакана муки и вымесить. Затем разделить тесто на 3 части, раскатать 3 одинаковые лепешки, положить каждую в отдельности на лист и дать подняться, потом выпекать.

Когда лепешки остынут, намазать их джемом или мармеладом, положить одну на другую и сверху посыпать сахарной пудрой.

Этот пирог можно также выпекать как обыкновенный кекс или булку.

773. МАЗУРКА С БЕЛКАМИ

400 г муки, 25 г дрожжей, 8 яиц, 150 г масла, 150 г сахара, 2/3 стакана молока, немного соли, ½ стакана изюма или коринки, которые можно заменить сушеной черникой, ½ стакана цукатов (сваренных в сахаре сухофруктов), ½ стакана сладкого миндаля, 100 г сахарной пудры, ½ палочки ванили.

Из половины муки, растертых с сахаром дрожжей и половинной дозы подогретого молока замесить тесто и дать подняться в теплом месте.

Тем временем растереть желтки с сахаром и ванилью.

Поднявшееся тесто выбить, добавить остальную муку, молоко и растертые с сахаром желтки. Тщательно вымесить тесто, поставить в теплое место и дать ему вторично подняться. Затем раскатать тесто в пласт толщиной 1 см, положить на противень для пирогов, накрыть салфеткой и дать подняться. Половину фруктов и миндаля посыпать на поднявшееся тесто.

Перед выпечкой взбить белки, положить в них сахарную пудру, остальные фрукты, миндаль и осторожно перемешать. Ложкой равномерно покрыть тесто подготовленными таким образом белками, разровнять и выпекать 45—50 минут в умеренном жару. Мазурка считается готовой, когда она отстает от краев противня.

Выбрать из печи, с открытого края противня столкнуть мазурку на подставку. Когда она остынет, разрезать на продолговатые четырехугольные куски.

774. ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ С ТВОРОГОМ (ВАТРУШКА)

1 стакан молока, 100 г сахара, 2 желтка, 50 г масла, 15 г дрожжей, 0,5 кг муки.

Для творожной массы: 0,5 кг творога, 2 яйца, 125 г сахара, 1 чайная ложка корицы или ванили, 100 г изюма, 50 г масла.

Приготовить дрожжевое тесто так же, как указано для сдобной булки (746).

Когда замешенное тесто подойдет, раскатать его в пласт толщиной 6—7 мм и уложить на противень. По краям обложить валиками из того же теста, поставить в теплое место и дать тесту подняться.

Тем временем приготовить творожную массу. Хорошо растереть творог до образования однородной массы. Положить в него растертое масло, добавлять по одному яйцу и понемногу сахара и тщательно растирать. Под конец положить ваниль и подготовленный изюм.

Когда тесто на противне поднимется, выпекать его 15—20 минут. Затем вынуть из печи, быстро покрыть творожной массой, украсить полосками из того же теста, смазать сверху взбитым яйцом и выпекать еще около 20 минут.

Готовый пирог выложить через открытый край противня на доску. Когда он остынет, разрезать на куски любой величины.

775. ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ С ЯБЛОКАМИ

500 г муки, 20 г дрожжей, 1 стакан молока, щепотка соли, 100 г сахара, 100 г масла, 2 яйца, лимонная цедра.

1 кг яблок, 100 г сахара, 50 г коринки или сушеной черники.

Приготовить дрожжевое тесто так же, как указано для сдобной булки (746). Когда тесто поднимется, раскатать его в пласт толщиной 0,5 см, положить на противень или в форму для торта и дать подняться.

Яблоки очистить от кожуры и семенников, разрезать на дольки. Положить их рядами на поднявшееся тесто, посыпать коринкой с сахаром, а сверху украсить решеткой из того же теста. Перед выпечкой решетку смазать яйцом.

Яблоки можно также покрыть сверху мучной подсыпкой (крошкой), приготовленной из 100 г муки, 50 г сахара и 50 г масла.

Пирог выпекать около 35 минут.

776. ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ СО СВЕЖИМИ ЯГОДАМИ ИЛИ РЕВЕНЕМ

500 г муки, 30 г дрожжей, 1 стакан молока, щепотка соли, 100 г сахара, 100 г масла, 2 яйца, лимонная цедра.

1,5—2 кг вишен (или 1 кг ревеня, или 1 кг черники) и 50 г сахара.

Приготовить сдобное дрожжевое тесто (746). Когда оно поднимется, раскатать в пласт толщиной с палец и выстлать им противень. Тесто по краям смазать белком. Обложить весь пирог нетолстыми валиками из того же теста, чтобы при выпечке не вытек ягодный сок.

Чернику перебрать, промыть, всыпать в эмалированную миску или небольшой горшок, посыпать сахаром и поставить на 25—30 минут в духовку. Затем ягоды откинуть на сито и дать стечь соку. Поднявшееся тесто слегка посыпать мукой, а затем положить ровным слоем ягоды. Сверху украсить решеткой из полосок теста или же к концу выпечки посыпать пирог мучной подсыпкой (крошкой), как указано в № 775. Перед выпечкой смазать поверхность теста яйцом.

Для изготовления пирога с вишнями последние прежде всего надо промыть и очистить от косточек. Ягоды засыпать сахаром и оставить на 1—2 часа. Прежде чем класть вишни на тесто, следует сцедить сок через сито. Тесто покрывают вишнями так же, как черникой.

Ревень для пирога приготовляют следующим образом. За 2 часа до выпечки пирога молодые стебли ревеня промыть, разрезать на кусочки длиной 2—3 мм и засыпать толстым слоем сахара (можно, кроме того, полить их ромом или коньяком). Отцедить сок, затем положить ревень на поднявшееся тесто. Сверху украсить так же, как пирог с черникой.

Выпекать 30 минут.

777. ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ СО СЛИВАМИ

500 г муки, 20 г дрожжей, 1 стакан молока, 100 г сахара, 100 г масла, 2 яйца, лимонная цедра, щеп от ка соли.

1,5—2 кг свежих спелых слив, 100 г сахара.

Приготовить дрожжевое тесто (746), раскатать в пласт толщиной 0,5 см и выстлать им противень. Когда тесто на противне поднимется, равномерно покрыть его сливами (без косточек). Сверху насыпать толстый слой сахара и мучной подсыпки (крошки). Выпекать около 30 минут.

778. ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ С ЯБЛОКАМИ

400 г муки, 20 г дрожжей, 1 стакан молока, 50 г сахара, 100 г масла, 2 яйца, лимонная цедра, щепотка соли. 0,5 кг мармелада.

Приготовить сдобное дрожжевое тесто (746). Когда оно во второй раз поднимется, раскатать в пласт толщиной с палец. Выстлать им противень так, чтобы тесто не только покрывала дно, но и края противня.

Дать тесту на противне подняться, смазать его слоем яблочного мармелада, разровнять и сверху покрыть решеткой из полосок того же теста. Перед выпечкой решетку смазать яйцом. Выпекать 35—45 минут.

ПОНЧИКИ

779. ПОНЧИКИ ОБЫКНОВЕННЫЕ

400 г муки, 30 г дрожжей, 1 стакан молока, 2 желтка, 1 яйцо, 50 г сахара, 50 г масла или маргарина, ½ палочки ванили, 5 г горького миндаля, 4 г соли.

100 г сахарной пудры, ½ стакана густого вишневого или клубничного варенья, 200 г жира, 1 чайная ложка спирта.

Тесто для пончиков всех сортов приготовляется так же, как указано для сдобной булки из дрожжевого теста (746), но оно должно быть более мягким и сдобным, с большим количеством добавлений. На 0,5 килограмма муки для сладких пончиков берется 5 г соли, для несладких — 10 г.

Дрожжи растирают с сахаром, молоко подогревают и из 1/3 муки замешивают тесто. Пока тесто поднимается, желтки взбивают с солью в посуде, поставленной в горячую воду.

Поднявшееся тесто сперва хорошо выбивают, затем прибавляют взятые желтки, остальную муку и месят. К концу замеса добавляют растопленное масло (без осадка — казеина, который придает пончикам кислый вкус), размолотый миндаль или лимонную цедру. Тесто месят до тех пор, пока оно не перестанет блестеть. После замеса поверхность теста смазывают жиром.

Поднявшееся тесто раскатывают в пласты толщиной 1,5 см и стаканчиком вырезают кружки. На середину каждого кружка кладут вишню, клубнику или немного яблочного повидла. Сверху кладут второй кружок. Края обоих кружков крепко прижимают друг к другу и между ладоней скатывают из них шарик. Пончики можно также делать, выдавливая шарики из теста смазанными маслом пальцами.

Приготовленные пончики кладут на смазанную маслом пергаментную бумагу или на салфетку. Когда пончики хорошо подойдут, их жарят в жиру (во фритюре).

Наиболее вкусны пончики, зажаренные в свином сале. Свиное сало можно также смешать с бараньим жиром или с растительным маслом, особенно с подсолнечным.

Чтобы жир не подгорал, в кастрюлю добавляют воды — по ½ стакана на 1 килограмм жира или кладут пару ломтиков сырого картофеля, а для того, чтобы пончики не пропитались жиром, в тесто добавляют немного спирта или водки.

Пончики погружают в сильно разогретый жир. Для пробы в разогретый жир бросают кусочек теста. Если оно сразу, шипя, всплывает на поверхность, то жир достаточно нагрет и можно класть пончики.

Сначала пончики жарят с одной стороны, затем их переворачивают вилкой и обжаривают вторую сторону. При жареньи пончики не следует часто переворачивать. Жаренье продолжается около 5—7 минут. Если вынутые из жира пончики имеют золотистый цвет и быстро обсыхают, то они готовы. Из жира их вынимают шумовкой на решето. Еще горячие пончики посыпают сахарной пудрой или покрывают глазурью.

Для фритюра требуется значительно большее количество жира, чем указано в рецептуре, а именно: для указанного количества теста следует разогреть не менее 750 г жира. В рецептуре указано только то количество жира, которое действительно используется. Оставшийся после жаренья пончиков фритюр можно использовать для других целей.

780. ПОНЧИКИ УЛУЧШЕННОГО КАЧЕСТВА

500 г муки, 2/3 стакана молока, 50 г дрожжей, 8—10 желтков, 10 г растопленного масла, 25 капель рома, ½ палочки ванили, 10 г горького миндаля, щепотка соли.

Глазурь или 100 г сахарной пудры с ванилью, 200 г жира.

Способ приготовления такой же, как для обыкновенных пончиков (779).

781. ПОНЧИКИ ЗАВАРНЫЕ

500 г муки, 4 желтка, 1 стакан молока или сливок, 50 г дрожжей, 1 стакан сахара, 150 г растопленного масла, соль, ваниль, 5 г горького миндаля, 1 рюмка спирта, 200 г жира.

Вскипятить полстакана молока или сливок. Заварить ими 1/3 муки и тщательно выбить. Дать кашице остыть. Через полчаса влить в нее подогретое остальное молоко, добавить растертые с сахаром дрожжи, немного муки. Выбить и поставить в теплое место на 1—1½ часа, чтобы тесто подн ял ось.

В дальнейшем способ приготовления такой же, как для обыкновенных пончиков (779).

Заварные пончики сочнее и не так скоро черствеют.

782. ПОНЧИКИ ДВОЙНЫЕ

500 г муки, 75 г сахара, 150 г маргарина, 3 желтка, 5 г соли, 30 г дрожжей,1½ стакана молока.

200 г жира для жаренья, 150 г сахарной пудры и 2 г молотой корицы для посыпки пончиков.

Приготовить тесто и нажарить пончики (небольшие), как указано в № 779. Посыпать их сахарной пудрой с корицей. Затем каждый пончик покрыть нетолстым слоем того же теста и снова жарить. Готовые пончики выложить на решето, дать жиру стечь, затем обсыпать сахарной пудрой.

СУХАРИКИ

783. СУХАРИКИ ДЕРЕВЕНСКИЕ

500 г муки, 2/3 стакана молока, 15 г дрожжей, 2 желтка, 50 г сахара, 35 г масла и 35 г маргарина, 3 г соли.

50 г сахара, 1 чайная ложка корицы для посыпки сухариков.

Приготовить дрожжевое тесто так же, как указано для сдобной булки (746), но не класть масла. Когда тесто вторично поднимется, раскатать его на доске в пласты толщиной 0,5 см. Вырезать стаканом кружки. Положить друг на друга по два кружка, причем нижний толсто намазать маслом. Поставить в теплое место. Когда булочки поднимутся, смазать их яйцом и выпекать.

Выпеченные булочки еще теплыми разделить на две части, каждую половину посыпать сахаром с корицей. Высушить их на листе.

Булочки можно предварительно помазать вареной белковой глазурью (924), а затем сушить в прохладной печи в течение 5—6 часов.

784. СУХАРИКИ СЛИВОЧНЫЕ (ВАНИЛЬНЫЕ)

500 г муки, 1 стакан сливок, 3 желтка, 20 г дрожжей, 50 г масла, 60 г сахара, ваниль, 3 г соли.

¾ стакана сливок сварить с ванилью. Остудить и замесить на них дрожжевое тесто. Затем месить так же, как сдобную булку. Когда тесто во второй раз поднимется, разделать из него шарики величиной с грецкий орех. Положить на приготовленный лист, накрыть салфеткой и оставить, чтобы они снова поднялись.

Выпекать 15-20 минут. Еще теплые булочки разрезать острым ножом пополам, обмакнуть в сливках и посыпать сахаром с ванилью. Сушить в легком жару, пока они совершенно высохнут.

785. СУХАРИКИ ЛИТОВСКИЕ

1 стакан молока или сливок, 600 г муки, 30 г дрожжей, 100 г сахара, 2 желтка, 50 г масла, 5 шт. горького миндаля, 3 г соли.

Для белковой глазури: 1 яичный белок, 200 г сахарной пудры, сок одного лимона.

Тесто приготовить и замесить так же, как указано для сдобной булки из дрожжевого теста (746). Когда тесто поднимется, раскатать его в продолговатые валики толщиной около 5 см и длиной 30—40 см. Каждый валик завернуть в смазанную маслом пергаментную бумагу, которая должна быть вдвое длиннее валика, так как тесто, не имея возможности подниматься вверх, поползет по бумажной трубке к ее концам.

Завернутые валики уложить на листы и поставить в теплое место, пока тесто достаточно поднимется. Затем выпекать 20—30 минут. Выпеченные и остывшие валики разрезать на тонкие ломтики, одну сторону помазать белковой глазурью (923) и высушить в негорячей печи.

БАРАНКИ

786. БАРАНКИ НА ДРОЖЖАХ

800 г муки, 20 г дрожжей, 30 г сахара, 1 стакан молока или воды, 1 яйцо, 25 г масла или маргарина, 12 г соли.

Дрожжи растереть с сахаром и развести подогретым молоком или водой. Положить в молоко все указанные в рецептуре продукты, хорошо вымесить и поставить в теплое место. Когда тесто поднимется, вымесить его еще раз. Если тесто слишком жидкое, добавить муки.

Из поднявшегося теста раскатать валики толщиной с палец (можно и толще). Сложить их в виде кольца и; таким образом, сформовать небольшие баранки. Баранки должны быть совсем круглыми; место соединения следует склеить яичным белком и хорошо загладить.

Особенность изготовления баранок заключается в том, что до выпечки их заваривают, затем обсушивают и только после того выпекают. Поверхность заваренных баранок покрывается образовавшимся из крахмала слоем клейстера, который придает баранкам блеск. Для более желтого оттенка в кипящую воду добавляют немного сахара.

Заваренные баранки вынимают из воды, обсушивают, кладут на доску так, чтобы они не соприкасались, и выпекают 8—10 минут. Затем доску поворачивают так, чтобы баранки, не соприкасаясь между собой, соскользнули прямо на под печи. Таким образом выпекается вторая сторона баранок. Вместо досок можно пользоваться проволочными сетками.

Вынутые из воды баранки до обсушки можно посыпать чернушкой или маком.

787. БАРАНКИ РАССЫПЧАТЫЕ

3 желтка, 50 г масла, 3 ст. ложки сметаны, 70 г сахара, 10 г дрожжей, 300—400 г муки, ваниль.

Растереть масло добела. Не переставая растирать, добавлять по одному желтку и по столовой ложке сахара. Растерев первый желток, добавить второй и т. д., пока не будут положены все желтки и весь сахар. Затем добавить сметану, растертые с сахаром дрожжи и муку. Все хорошо вымесить. Тесто должно быть крутым. Когда оно поднимется, разделать маленькие баранки, уложить на листы. Когда баранки немного расстоятся, смазать их желтком, посыпать сахаром и выпекать.

БАБЫ

Бабы принято считать праздничным блюдом.

Выпечка хорошей бабы требует внимания и осторожности.

Бабы пекут высокие круглые, а также шестигранные или восьмигранные. Для выпечки требуется постоянная температура; поэтому бабы нельзя печь в духовке, которая быстро накаляется и быстро остывает.

Продукты должны быть высшего качества: мука или сухари — сухие, яйца — свежие, масло — свежее и без казеина, сахар — в виде пудры.

788. БАБА ОБЫКНОВЕННАЯ

2/3 стакана молока, 60 г дрожжей, 600 г муки, 10 яиц (желтков), ½ стакана топленого масла, 1 стакан сахара, ½ чайной ложки соли, цедра от 1 лимона.

На подогретом до 35° молоке замесить тесто из дрожжей и 1/3 муки.

Когда тесто поднимется, всыпать соль и очень хорошо выбить. Затем добавить растертые добела с сахаром желтки, цедру и остальную муку. Очень хорошо вымесить. К концу замеса положить растертое масло и поставить тесто в теплое место, чтобы оно вторично поднялось. Затем тесто еще раз очень хорошо вымесить и выложить в формы, наполняя не более 1/3 объема формы. Когда тесто поднимется до 2/3 высоты формы, бабу можно выпекать.

Спустя час воткнуть в бабу сухую лучинку и проверить, выпеклась ли она. Если вынутая из теста лучинка окажется сухой, то баба готова. Бабе дают остыть в форме, и только тогда ее опрокидывают на мягкую подстилку. Бабу поворачивают с боку на бок до полного охлаждения.

Для сочности бабу поливают сиропом, приготовленным из 1 стакана воды, ½ стакана сахара и 2 чайных ложек рома или арака.

789. БАБА ЗАВАРНАЯ

2 стакана молока, 1 кг сухой муки высшего качества, 75 г дрожжей, 10 желтков, 150 г сахарной пудры, 150 г масла, палочки ванили, 1 чайная ложка соли, 100 г изюма, 200 г цукатов.

Часть муки заварить стаканом кипящего молока и выбивать до образования жидковатой кашицы. Когда она остынет, добавить еще полстакана молока, ¼ муки и все хорошо размешать. Тесто сверху посыпать мукой, накрыть салфеткой и поставить в теплое место, чтобы оно поднялось.

Желтки с сахаром взбить веничком в пену, поставив посуду в теплую воду.

Поднявшееся тесто выбить, положить в него приготовленные желтки, муку, остальное молоко, соль, пряности и очень хорошо вымесить. К концу замеса добавить растопленное масло. Замешенное тесто помазать маслом и поставить в теплое место, чтобы оно поднялось. Тем временем приготовить цукаты и изюм, положить их в поднявшееся тесто и еще раз вымесить.

Форму смазать внутри маслом, выстлать дно пергаментной бумагой (смазанной маслом), посыпать белыми сухарями и выложить в нее тесто, заполнив не более половины формы. Когда тесто, поднимаясь, заполнит почти всю форму, бабу осторожно поставить в печь, температура которой должна быть такой же, как для булок из дрожжевого теста. Во время выпечки форму не следует толкать, трясти или передвигать. При соответствующей постоянной температуре баба выпекается за час.

Бабе дают остыть в форме, затем ее опрокидывают на мягкую подстилку и поворачивают с боку на бок, пока она окончательно остынет.

Бабу подают к столу неразрезанной на подставке. Верх украшают так же, как торт, или посыпают сахарной пудрой.

790. БАБА С ИЗЮМОМ

1 кг сухой муки высшего качества, 2 стакана молока, 12 желтков, 300 г сахарной пудры, 150 г масла, 200 г изюма, цедра от 1 апельсина, 60 г дрожжей, 1 чайная ложка соли.

Замесить тесто из 1/3 муки, подогретого молока и дрожжей, растертых с 1 ложечкой сахара. Посыпать тесто сверху мукой и поставить в теплое место для подъема. Взбить желтки с сахарной пудрой, поставив посуду в теплую воду; изюм промыть теплой водой и просушить; масло растопить.

Поднявшееся тесто прежде всего надо хорошо выбить. Затем добавить муку, подготовленные яйца и хорошо вымесить тесто, пока оно не перестанет приставать к рукам. К концу замеса добавить масло, а несколько позднее — приготовленный изюм, цедру, соль и все очень хорошо вымесить. Тесто помазать сверху жиром, поставить в теплое место и дать подняться.

Дальнейший ход работы такой же, как при выпечке заварной бабы (789).

791. БАБА ШАФРАННАЯ

1 кг сухой муки высшего качества, 1½ стакана молока, 2 г шафрана, 10 желтков, 200—300 г масла, 1 палочка ванили, 300 г сахарной пудры, 60 г дрожжей, 4 г соли.

Тесто приготовить так же, как указано для бабы с изюмом (790).

Шафран залить водой и варить до образования ярко-оранжевой жидкости. Процеженную шафранную воду (ее должно получиться не более 1/3 стакана) влить в тесто к концу замеса.

Измельчить палочку ванили, растолочь ее вместе с сахаром в ступке и добавить к желткам перед тем, как их начинают взбивать.

В дальнейшем поступать так же, как при выпечке заварной бабы (789).

792. БАБА ТВОРОЖНАЯ

750 г хорошего полусухого творога или свежего сыра, 12 яиц, 250 г сахарной пудры, палочка ванили и лимонная цедра, 100 г масла, 200 г изюма.

К растертым с сахарной пудрой желткам добавить растертое масло, протертый через сито творог и растирать еще 10—15 минут. Затем ввести взбитые белки, добавить подготовленную ваниль и лимонную цедру, изюм и все осторожно перемешать.

Приготовленную массу выложить в хорошо смазанную маслом и посыпанную белыми сухарями форму. Выпекать в умеренном жару 45 минут.

Украшенную цукатами или вареными ягодами бабу подают к столу на подставке.

Затем бабу нарезают ломтиками и посыпают сахарной пудрой с ванилью.

793. САВАРЕНЫ

Саварены изготовляют из хорошего дрожжевого теста и вытекают в специальных маленьких формочках для саваренов. Выпеченные, еще теплые саварены пропитывают сладкой водой с ромом, разбавленным фруктовым соком или белым десертным вином.

Они вкусны в свежем виде. Подаются как сладкое блюдо к обеду, к праздничному ужину или к черному кофе.

I р е ц е п т: 250 г муки, 30 г дрожжей, 50 г сахарной пудры, 7 желтков, 125 г масла, ½ стакана молока, 2 г соли.

II рецепт: 300 г муки, ½ стакана молока, 120 г масла, 60 г сахара, 4 яйца, 30 г дрожжей, 2 г соли.

Приготовить дрожжевое тесто такой же густоты, как для оладий на дрожжах.

В подогретое молоко положить растертые с сахаром дрожжи, взбитые с солью яйца и муку. Тесто очень хорошо выбить ложкой, под конец добавить растопленное масло. Затем тесто еще раз хорошо выбить, поставить в теплое место и дать подняться.

Когда тесто поднимется, выложить его в смазанные жиром и посыпанные мукой или сухарями формочки, заполняя не более половины их объема. Поставить в теплое место и дать снова подняться.

Выпекать 25—30 минут при такой же температуре, как булочки на дрожжах.

Саваренам дают остыть в формочках, затем поливают сиропом или соком, пока они не пропитаются полностью.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ БЕЗДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ХИМИЧЕСКИМИ РАЗРЫХЛИТЕЛЯМИ

Различные изделия — пряники, пироги, кексы, бабки, всевозможные пирожные и печенья — приготовляются из бездрожжевого теста. В эти изделия кладется много жира, сметаны, яиц и сахара, и поэтому для разрыхления невозможно применять дрожжи. В таком случае вместо дрожжей кладут различные химические разрыхлители — пищевую соду, углекислый аммоний и прочие. На 500 г муки берется 1 пакетик разрыхляющего порошка или же 5 г соды или аммония.

Чаще всего употребляется питьевая (пищевая) сода. Это белый порошок, легко растворяющийся в воде. Под влиянием кислоты или тепла из него обильно выделяется углекислый газ, который разрыхляет тесто. При употреблении следует строго придерживаться указанных по рецептуре норм, так как от излишнего количества соды изделия приобретают некрасивый темно-желтый цвет, неприятный вкус и запах. От недостатка же соды изделия получаются спавшимися. Сода и другие разрыхлители всегда добавляют в тесто смешанными с мукой.

К разрыхляемому содой тесту необходимо добавить какую-нибудь кислоту в виде сметаны, простокваши или уксуса.

Положив соду или другие химические разрыхлители и кислоту, тесто нельзя долго месить или вымешивать, так как образовавшийся углекислый газ, а также аммониак быстро улетучиваются, тесто спадается и изделия получаются нерыхлыми, твердыми. Для выпечки бездрожжевых изделий лист смазывают тонким слоем масла и посыпают мукой.

ПРЯНИКИ МЕДОВЫЕ И КОВРИЖКИ

Медовыми пряниками и коврижками называются изделия с натуральным или искусственным медом. В тесто для них часто кладут масло, сметану или простоквашу, потому что иначе эти изделия получаются твердыми. От меда тесто тяжелеет, поэтому для разрыхления необходимо прибавить соду или другой разрыхляющий порошок.

Для коврижек и пряников употребляется смесь пряностей, составленная в следующей пропорции: 60 г корицы, 60 г душистого перца, 40 г гвоздики, 10 г кардамона, 10 г мускатного цвета, 10 г мускатного ореха, 10 г бадьяна, 25 г апельсиновой цедры, 20 г желтого имбиря. В случае отсутствия каких-либо из этих пряностей можно обойтись без них.

Каждый сорт пряностей смалывают отдельно, затем их смешивают и употребляют в количестве, указанном в рецептуре.

Выпеченная медовая коврижка или пряник должны быть темно-коричневого цвета, который придается им уваренным (вскипяченным 2-3 раза) медом или жженым сахаром. Это делается следующим образом: 2 столовых ложки сахара нагревают на сковороде, пока он не растопится и не превратится в темно-желтую пену. Затем в сахар добавляют ½ стакана горячей воды и продолжают варить, пока он снова не растворится. В тесто для пряника добавляют жженый сахар для получения желаемого цвета — темно- или светло-коричневого.

Остывшие пряники нужно сразу разрезать на куски, положить их в жестяную коробку, накрыть крышкой и хранить в прохладном месте, так как тогда пряники долго сохраняют хороший вид и вкус. Долго пролежавшие пряники сыреют, но от этого они становятся еще вкуснее.

Пряники подразделяются на мягкие и твердые.

Мягкие пряники называются также бисквитными, так как тесто для них приготовляется так же, как для бисквитов. Желтки растирают с сахаром, добавляют уваренный и охлажденный мед со смесью пряностей. Все это хорошо перемешивают. Затем добавляют муку, смешанную с химическими разрыхлителями, и взбитые белки. Замешенное тесто выкладывают слоем толщиной 1—1,5 см на противень и выпекают в умеренном жару в течение 30—40 минут.

В мягкие пряники иногда кладут только желтки или же все яйцо сразу.

Твердые пряники при приготовлении замешивают сразу из всех указанных в рецептуре продуктов. Замешенное тесто

раскатывают и вырезают формочками или разделывают руками всевозможные пряники. Их также выпекают в умеренном жару в течение 15—20 минут.

Мягкие пряники можно делать с прослойкой из различной массы или мармелада, а твердые — покрыть глазурью.

794. КОВРИЖКА ОБЫКНОВЕННАЯ МЯГКАЯ

I р е ц е п т: 5 яиц, 200 г сахара, 400 г меда, 50 г масла, 1 стакан простокваши или сметаны, 2 чайные ложки смеси пряностей, 1 чайная ложка соды, 500 г муки.

II р е ц е п т: 200 г меда, 200 г сахара , 3 яйца, ½ чайной ложки соды, 1½ чайные ложки смеси пряностей, 350 г муки.

Положить в таз мед, уварить его, снимая несколько раз с огня, чтобы он не убежал. Положить пряности, затем охладить.

Яйца взбить с сахаром, поставив посуду с ним и в горячую воду. Затем прибавить к яйцам охлажденный мед, сметану, растопленное масло и смешанную с содой муку. Тесто очень хорошо выбить, выложить на противень слоем толщиной 1,5 см и выпекать 30—40 минут в легком жару.

795. КОВРИЖКА ДЕРЕВЕНСКАЯ

3 яйца, 1 стакан сметаны или простокваши, 200 г сахара, 300 г меда, 2 чайные ложки смеси пряностей, 400—500 г муки, 1 чайная ложка соды.

Мед уварить, затем охладить. Желтки растереть добела с сахаром. Затем добавить к желткам сметану, мед, пряности, часть смешанной с содой муки и очень хорошо выбить. Отдельно взбить белки, посыпать их оставшейся мукой и ввести в тесто. Осторожно перемешать, выложить тесто на противень и сразу выпекать в течение 30 минут в легком жару.

796. ПРЯНИК ИЗ РЖАНОЙ МУКИ

250 г сахара, 1 стакан сметаны, 5—6 яиц, 400 г меда, 100 г масла, 1 чайная ложка смеси пряностей, около 1 кг просеянной ржаной муки, 1 чайная ложка соды.

Мед уварить и охладить. Желтки растереть добела с сахаром. Растирая, добавлять мед, пряности и сметану. Взбить белки до пены и вместе с мукой и содой ввести в желтки. Осторожно перемешать, выложить массу слоем толщиной 1,5—2 см на противень и выпекать в течение 1 часа в умеренном жару (в более горячей печи, чем для обыкновенных пряников). Испеченному прянику дать остыть и разрезать его на куски желаемой величины.

797. ПРЯНИК МЯГКИЙ УЛУЧШЕННОГО КАЧЕСТВА

4 желтка, 3 ложки сметаны, 100 г масла, 2 чайные ложки пряностей, 400 г меда, 100 г сахара, 350 — 400 г муки, 1 чайная ложка соды.

Дать меду прокипеть несколько раз, чтобы он потемнел. В растертые с сахаром желтки положить остуженный мед, пряности, сметану и смешанную с содой муку. Затем тесто хорошо выбить. Тесто должно быть такой густоты, как сметана. Выпекать 30—40 минут в легком жару.

Испеченный пряник положить на салфетку. Когда он остынет, разрезать его на ромбовидные куски. Положить в жестяную коробку и закрыть крышкой, чтобы предохранить от высыхания, так как сухой пряник невкусен.

Таким образом пряник может долго сохраняться, не теряя своего вкуса.

798. КОВРИЖКА

5 яиц, 0,5 кг меда, 200 г сахара, 1 чайная ложка соды, 2 чайные ложки смеси пряностей, 600—700 г муки.

Яйца взбить с сахаром, поставив посуду в теплую воду. Мед с пряностями уварить. Дать остыть и прибавить взбитые яйца. Затем всыпать половину муки и замесить густое тесто. Накрыть его и поставить на сутки в теплое место; в это время тесто надо часто выбивать. На следующий день всыпать остальную муку, смешанную с содой (тесто должно быть такое густое, чтобы оно с трудом падало из нагнутой миски), хорошо выбить, выложить тесто на противень и поставить в теплое место на 1 час, чтобы тесто поднялось. Выпекать в легком жару 40 минут.

799. ПРЯНИК БИСКВИТНЫЙ

4 желтка, 4 белка, ½ стакана сахара, 300 г меда, 250 г муки, 75 г сладкого миндаля или лесных орехов, 1 (без верха) чайная ложка соды, 1 чайная ложка смеси пряностей.

Растереть добела желтки с сахаром. Мед уварить с пряностями. Дать остыть, затем класть его по 1 ложке в желтки, продолжая растирать. Когда кончают топить печь, истолочь или нарубить миндаль или орехи, взбить белки, смешать муку с содой, положить все это в подготовленные желтки и осторожно перемешать.

Тесто выложить на противень слоем не толще 2 см. Выпекать в легком жару 20 минут.

800. ПРЯНИКИ-ЛИСТИКИ

500 г муки, 100 г меда, 1 яйцо, 2 желтка, 120 г сахара , 1 чайная ложка соды, 2 чайных ложки смеси пряностей, 100 г сладкого миндаля для обсыпки.

Уварить и охладить мед. Из всех указанных в рецептуре продуктов замесить довольно крутое тесто. Тесто следует месить до появления в нем пузырьков воздуха. Затем не менее чем на час вынести тесто в холодное помещение, чтобы оно застыло.

Перед выпечкой раскатать тесто на доске в пласт толщиной 0,5 см, вырезать (формочкой) пряники в виде листиков, смазать их яйцом, на каждый листик положить половинку очищенного миндаля и выпекать в легком жару 10—15 минут.

801. ПРЯНИКИ-ОРЕШКИ

I р е ц е п т: 250 г муки, 300 г картофельного крахмала, 200 г сахарной пудры, 100 г масла, 300 r меда, 3 яйца, 1 (без верха) чайная ложка соды, 2 чайных ложки смеси пряностей.

II р е ц е п т: 2 желтка, 1 яйцо, 50 г масла, 500 г муки, 200 r сахара, 200 г меда, 1 чайная ложка соды, 1—2 ст. ложки сметаны, 2 чайные ложки смеси пряностей.

Для этих пряников мед не надо уваривать. Для улучшения цвета в тесто добавляют жженый сахар.

Все перечисленные в рецептуре продукты положить в миску и долго месить. Тесто должно быть крутым. Замешенное тесто охладить и разделать на круглые прянички величиной с грецкий орех. На противень класть редко, чтобы пряники не слиплись при выпечке.

Выпекать в легком жару, пока пряники не зарумянятся.

Выпеченные горячие пряники снизу покрыть белковой глазурью, склеить их по два, положить на противень и еще раз поставить в печь, чтобы белок запекся.

Эти пряники красивы и очень долго сохраняются. Орешки можно также помазать снизу горячей шоколадной глазурью. В этом случае их не склеивают по два и не ставят вторично в печь, так как эта глазурь и без того застывает.

Д л я б е л к о в о й г л а з у р и берут: 200 г сахара, ¼ стакана воды, 3 белка, лимонную кислоту.

Из воды с сахаром сварить сироп такой густоты, чтобы капля горячего сиропа, влитая в холодную воду, не разошлась. Тем временем взбить белки. Горячий сироп медленно лить во взбитые белки и продолжать взбивать до образования густой массы. Приготовленную глазурь нужно подкислить лимонной кислотой и сразу использовать.

802. ПРЯНИК ВАРЕНЫЙ

4 яйца, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка сахара, 500 г муки.

Для сиропа: 250 г меда, 250 г сахара, 1¼ стакана воды, ½ чайной ложки желтого имбиря и 1 чайная ложка белого имбиря.

Из всех указанных в рецептуре продуктов замесить в миске или на доске крутое тесто. Раскатать его на жгутики толщиной с палец и разрезать на кусочки длиной 1,5 см. Мед с сахаром и водой вскипятить. В кипящий сироп положить приготовленные кусочки теста и варить, пока они не станут красивого темнозолотистого цвета. К концу варки в сироп всыпать белый и желтый имбирь и продолжать варить, пока сироп не сгустится до такой степени, что капля его не распускается в холодной воде. Затем всю массу вылить на посыпанную сахарным песком доску, разровнять поверхность, а когда масса остынет, разрезать на куски так же, как и другие пряники.

803. ПРЯНИК ИЗ «ОРЕШКОВ»

4 яйца, 2 ст. ложки сахара, 6 ст. ложек воды, 1 чайная ложка разрыхляющего порошка, 1 рюмка спирта, 500—600 г муки, 0,5 кг топленого свиного сала.

Для сиропа: 400 г сахара, 400 г меда, немного белого и желтого имбиря.

Указанные в первой части рецептуры продукты, кроме сала, очень хорошо замесить, раскатать на жгутики толщиной с обыкновенный карандаш и разрезать их на кусочки длиной 1 см.

Сало нагреть, как для пончиков, всыпать в него часть орешков и, помешивая, варить, пока они не пожелтеют. От варки орешки вздуваются, поэтому их не следует делать большими. Пожелтевшие орешки шумовкой переложить в миску, а в сало всыпать следующую порцию орешков и так далее.

Из меда с сахаром сварить сироп такой густоты, чтобы капля его, влитая в холодную воду, не распускалась. В горячий сироп положить имбирь, залить сиропом сваренные орешки (в миске) и перемешать. Противень или форму для торта выстлать пергаментной бумагой, смазанной маслом, выложить в нее все содержимое миски, разровнять, поставить в холодное сухое место и дать застыть.

При подаче к столу разрезать пряник на такие же куски, как и другие изделия этого сорта.

Пряник следует сохранять в сухом месте, так как он быстро впитывает в себя влагу, вследствие чего сироп начинает таять, а пряник крошится.

ПИРОГИ И МАЗУРКИ

Пироги — это четырехугольные, продолговатые изделия преимущественно из сдобного теста, приготовленного с разрыхляющим порошком или без него. Мазурки обычно изготовляются с миндалем, с орехами и пряностями.

Эти изделия часто выпекаются с начинкой из фруктов, ягод или повидла на вафлях.

О б ы к н о в е н н ы е ж и р н ы е пироги приготовляются из рассыпчатого или полурассыпчатого теста с разрыхляющим порошком, а иногда и без него. Тесто, раскатанное в пласт толщиной 1 см, кладут на противень и сверху украшают крошками или валиками из того же теста. Тесто можно сверху обложить дольками яблок, сливами, повидлом, творогом или посыпать маком. Изделия из рассыпчатого теста можно печь и без украшений; в этом случае после выпечки и охлаждения их покрывают глазурью и отделывают так же, как торты (отделывают нижнюю сторону, как более ровную) .

Ф р у к т о в ы е пироги и мазурки приготовляются с добавлением в тесто большого количества разных сухофруктов: изюма, слив, цукатов, миндаля, орехов, груш. В них добавляют и пряности: корицу, гвоздику. Эти изделия отделывают только по углам или по краям.

Противень выстилают пергаментной бумагой, смазанной жиром и посыпанной мукой или мелко растолченными белыми сухарями.

Все эти изделия можно подавать, как и торты, неразрезанными, если они отделаны, или же разрезать их на небольшие четырехугольники или куски другой формы.

804. МАЗУРКА ИЗ СУХОФРУКТОВ

500 г разных сухофруктов, 200 г изюма, 5 яиц, 100 г муки, 150 г сахара.

Замочить сухофрукты в горячей воде, чтобы они разбухли. Затем хорошо осушить их и очистить от косточек, разрезать на узкие длинные полоски и смешать с изюмом.

Яйца взбить с сахаром в пену, поставив посуду в горячую воду. В эту пену вложить фрукты и муку. Хорошо перемешать, выложить тесто слоем толщиной 1—1,5 см на противень, выстланный смазанной маслом пергаментной бумагой, и выпекать 30—40 минут в легком жару.

805. ПИРОГ НА СМЕТАНЕ

1 стакан сметаны, 2 желтка, 50 г топленого масла, 250 г сахара, палочки ванили, 500—600 г муки, немного соли, 1 чайная ложка разрыхляющего порошка, 1 кг яблок или 0,5 кг повидла.

Желтки и 2 ст. ложки сахара растереть добела. Добавить сметану, остальной сахар, топленое масло, ваниль, соль и все перемешать. Добавить муку, смешанную с разрыхляющим порошком, и замесить тесто. Для охлаждения поставить тесто на 1 час в холодное место. Затем раскатать тесто в пласт толщиной 1 см, уложить на противень и положить сверху дольки свежих яблок или помазать фруктовым повидлом. Сверху покрыть другим пластом или решеткой, сделанной из этого же теста. Выпекать в течение 40 минут в умеренном жару.

806. МАЗУРКА «МОЦАРТ»

120 г масла, 4 желтка, 240 г сахара, 250 г сладкого миндаля, 50 г муки, цедра от 1 лимона.

Для смазывания: 4 белка, 150 г сахарной пудры, 2 пакетика ванильного сахара.

Масло растереть добела. Затем добавлять в него по 1 желтку, по 1 ст. ложке сахара и растирать до тех пор, пока не разотрется сахар. Таким образом положить все желтки, весь сахар и цедру. Продолжать растирать до образования пышной массы. Очищенный миндаль осушить и пропустить через специальную машинку или мелко порубить. Смешать миндаль с мукой, положить в растертую массу, осторожно перемешать. На лист постелить вафлю, намазать на нее все приготовленное тесто и подсушить в духовке или в печи.

Отдельно взбить белки, смешать с сахарной пудрой и ванильным сахаром, снова взбить до образования густой массы, обмазать мазурку и еще раз поставить в легкий жар на 20—30 минут. Остывшую мазурку разрезать на четырехугольные продолговатые куски.

807. ПИРОГ МОРКОВНЫЙ

400 г моркови, 400 г сахара, 2 желтка, 1 белок, 75 г масла, 1 пакетик разрыхляющего порошка, 1 чайная ложка молотого аниса, 1 чайная ложка корицы, ½ чайной ложки гвоздики и столько муки, что бы получилось тесто, как для картофельных оладий.

Очищенную и натертую на терке морковь засыпать сахаром и оставить, пока сахар не растает. Затем добавить яйца, растопленное масло, пряности и хорошо растереть. Потом положить муку с разрыхляющим порошком и перемешать. Выложить тесто на противень слоем толщиной 1,5 см, выпекать 40 минут в умеренном жару. Вынув пирог из печи, посыпать его сверху сахарной пудрой.

808. ВАТРУШКА

500 г муки, 1 пакетик разрыхляющего порошка, 200 г масла, 100 г сахара, 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны.

Для прослойки: 700 г творога, 3 желтка, 100 г сахара, 50 г масла, 1 пакетик ванильного сахара, 100 г изюма.

Растереть масло добела. Отдельно растереть яйца с сахаром и смешать их с маслом и сметаной. Добавить муку с разрыхляющим порошком, быстро замесить в холодном помещении тесто, накрыть его салфеткой и оставить на 1 час, чтобы оно застыло.

¾ теста раскатать в пласт толщиной 0,5 см, выложить на лист и выпекать в печи до тех пор, пока поверхность теста не пожелтеет. ¼ часть теста оставить для отделки.

Подготовить творожную массу. Желтки растереть с сахаром и маслом. Творог отдельно протереть через сито, чтобы не осталось никаких комков. Затем смешать творог с желтками и хорошо растереть, под конец добавить изюм и ванильный сахар.

Когда тесто запечется, быстро намазать его творожной массой, слоем не толще 5—6 мм. Верх отделать решеткой из оставленного теста, смазать яйцом и выпекать еще 20—30 минут в хорошем жару.

Пирог разрезать, когда он остынет.

809. ПИРОГ ИЗ РЖАНОЙ МУКИ

1 стакан сметаны, 4—5 яиц, 1 чайная ложка соды, 50 г масла, 300 г сахара, 1 чайная ложка смеси пряностей, просеянной ржаной муки столько, чтобы получилось тесто, как для картофельных оладий.

Яйца с сахаром сбить в пену, поставив посуду в горячую воду. Затем охладить массу, добавив в нее растопленное масло, сметану, пряности и смешанную с содой муку. Быстро перемешать, вылить на противень слоем толщиной 1,5 см. Выпекать в хорошем жару в течение 1 часа. Вынуть из печи, посыпать сверху сахарной пудрой или помазать белковой глазурью (923).

Разрезать пирог, когда он остынет.

810. ПИРОГ КРОШЕНЫЙ

0,5 кг муки, 250 г сахарной пудры, 3 яйца, 150 г масла или маргарина, ½ пакетика разрыхляющего порошка, ванильный сахар или лимонная цедра.

Все указанные в рецептуре продукты положить в миску и в холодном помещении замесить тесто. Накрыть салфеткой и держать около часа на холоде, чтобы тесто застыло. Перед выпечкой выстлать противень пергаментной бумагой, смазать бумагу маслом и посыпать мукой. Застывшее тесто крошить прямо на противень кусками величиной с обыкновенный орех, равномерно распределяя их. Накрошив все тесто, сразу выпекать в хорошем жару 30—40 минут. Выпеченный пирог посыпать сахарной пудрой.

811. ПИРОГ ОБСЫПАННЫЙ

4 желтка, 250 г сахара, 4 ст. ложки сметаны, 125 г масла или маргарина, 600 г муки, 1 чайная ложка соды, ванильный сахар.

Желтки растереть с сахаром добела. Отдельно растереть масло. Положить все в одну миску, добавить сметану, ванильный сахар и смешанную с разрыхлителем муку. В прохладном помещении быстро замесить тесто, чтобы от теплоты рук не успевало растаять масло. Тесто охладить.

Перед выпечкой 2/3 теста раскатать в пласт толщиной 1 см и уложить на противень. Оставшееся тесто прямо над противнем (распределяя равномерно) натереть на терке для свеклы. Можно также ножом порубить тесто на доске или просто накрошить его пальцами. Поверхность приготовленного изделия должна выглядеть как посыпанная продолговатыми хлопьями теста.

Выпекать в хорошем жару 30 минут, чтобы пирог хорошо зарумянился. В слишком холодной печи хлопья сливаются, и изделие теряет красивый вид.

Выпеченный пирог сразу посыпать сахарной пудрой и нарезать в виде ромбов.

812. МАЗУРКА ШОКОЛАДНАЯ

200 г масла, 150 г муки, 5 яиц, 50—80 г картофельного крахмала, 250 г сахара, 30 г какао или 50 г шоколада, 1 чайная ложка разрыхляющего порошка.

Масло растереть добела с сахарной пудрой, добавить какао или растертый шоколад и продолжать растирать. Затем, растирая, прибавлять по одному желтку, по одной столовой ложке муки и понемногу крахмала. Положив все яйца и хорошо растерев массу, всыпать остальную муку и крахмал, смешанные с разрыхлителем. Под конец добавить взбитые белки. Осторожно перемешать и выложить на подготовленный противень слоем толщиной 1 см.

Выпекать в умеренном жару 30—40 минут.

813. ПИРОГ ИЗ ВАРЕНЫХ ЖЕЛТКОВ

12 яиц, ½ стакана растопленного масла, 150 г муки, 1 лимон, 200 г сахара, 1—2 вафли.

10 яиц сварить вкрутую, вынуть желтки и протереть через сито. Затем хорошо растереть их с сахарной пудрой и лимонным соком. Продолжая растирать, в желтки добавить по одному оставшиеся 2 сырых яйца и понемногу подливать остывшее растопленное масло. Затем, продолжая сильно растирать, добавить по частям муку и лимонную цедру. Пышность этой мазурки зависит от количества воздуха, попавшего в тесто во время растирания.

Противень выложить вафлями, на которые уложить приготовленное тесто. Выпекать 30 минут в легком жару.

814. ПИРОГ С ЖЕЛЕ

500 г муки, 250 г масла, 100 г сахара, 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны, 1 чайная ложка соды, 1 пакетик красного желе.

Масло растереть добела. Добавлять по одному яйцу, по 1 столовой ложке сахара (лучше сахарной пудры) и хорошо растирать. Выпустив яйца и всыпав весь сахар, добавить сметану и смешанную с содой муку. Тесто хорошо вымесить ложкой и поставить в холодное помещение, чтобы оно застыло. Затем раскатать его в пласт толщиной 5—7 мм и выстлать тестом весь противень, чтобы тесто зашло на его края. Выпекать в хорошем жару 25—30 минут. Выпеченную мазурку снять с листа и дать остыть.

Желе сварить, как указано на упаковке, влить в миску и поставить на холод. Когда желе станет густеть (не следует дать ему совсем застыть), налить его ложкой на выпеченный пирог, предварительно посыпав его крошками величиной 1 см из этого же самого или из бисквитного теста. Когда желе застынет, пирог разрезать на куски желаемой величины.

815. МАЗУРКА ЛИМОННАЯ

6 яиц, 150 г сахара, 200 г картофельного крахмала, 50 г масла, 1 лимон.

Желтки растереть с сахаром добела, выжать в них лимонный сок, добавить растопленное масло и лимонную цедру. Хорошо растереть, добавить крахмал и взбитые белки. Осторожно перемешать и выложить тесто на противень, выстланный пергаментной бумагой, смазанной жиром. Выпекать в умеренном жару.

816. МАЗУРКА «МОЛНИЯ»

120 г масла или маргарина, 300 г сахара, 6 яиц, 200 г муки, чайной ложки разрыхляющего порошка, лимонная цедра, 4 ст. ложки мармелада, 100 г сладкого миндаля.

В растертое добела масло положить сахар и желтки. Растирать до образования пышной массы и исчезновения кристалликов сахара. Затем добавить лимонную цедру, взбитые белки и смешанную с разрыхлителем муку. Тесто перемешать, выложить на противень и выпекать около 20 минут.

Когда мазурка остынет, смазать верх мармеладом, посыпать поджаренным миндалем и нарезать в виде ромбов.

817. ПИРОГ С МАРМЕЛАДОМ

150 г масла, 350 г муки, 250 г сахарной пудры. 4 желтка, цедра от ½ лимона, 1 чайная ложка разрыхляющего порошка, 250 г мармелада.

Хорошо охлажденное масло порубить на доске вместе с мукой и разрыхлителем. Желтки растереть с сахаром, добавить цедру и замесить вместе с тестом, приготовленным из муки и масла. 2/3 теста раскатать, уложить на лист и выпечь до неполной готовности. Затем вынуть из печи, быстро намазать мармеладом (подогретым) и украсить решеткой, сделанной из остального теста. Решетку смазать сверху яйцом, снова поставить противень в печь и выпечь до конца.

818. ПИРОГ СО СВЕЖИМИ ЯБЛОКАМИ

300 г муки, 100 г сахарного песка, 100 г масла, 1—2 ст. ложки сметаны, 2 яйца, 1 чайная ложка разрыхляющего порошка.

Д л я н а ч и н к и: 800 г яблок, 1 чайная ложка корицы, 50 г сахара, 50 г масла.

Из муки, сахара, масла, яиц, сметаны и разрыхлителя замесить в прохладном помещении тесто. Накрыть тесто салфеткой и оставить в холодном помещении, чтобы оно застыло.

Тем временем приготовить массу для начинки. Очищенные от кожуры и сердцевины яблоки положить в слегка подсоленную воду, чтобы они не потемнели. Затем разрезать их на небольшие кусочки и тушить до размягчения в кастрюле вместе с маслом, сахаром и пряностями.

2/3 теста раскатать в пласт толщиной 0,5 см, уложить на лист и выпекать около 30 минут. Выбрать из печи, быстро намазать сверху подготовленными яблоками, а из оставленного теста сделать тонкие полоски (нарезать их зубчатым колесиком из тонко раскатанного теста) и переплести в виде решетки над яблоками. Решетку смазать яйцом, а в каждый промежуток между полосками положить по маленькому кусочку, масла. Затем выпекать еще 15—20 минут.

819. ПИРОГ С ПРОСЛОЙКОЙ

200 г масла, 800 г муки, 3 яйца, 1 пакетик разрыхляющего порошка, 1 пакетик ванильного сахара, 1½ стакана сахарной пудры, 500 г мармелада.

Из всех указанных в рецептуре продуктов (кроме мармелада) замесить тесто, накрыть его салфеткой и дать застыть. Затем разделить тесто на 2 части. Половину теста накрошить на противень, выстланный пергаментной бумагой, намазать мармеладом, а сверху таким же образом раскрошить вторую половину теста. Выпекать в хорошем жару 40—50 минут. Выпеченный пирог обсыпать сахарной пудрой.

820. ПИРОГ С МАКОМ

300 г масла, 120 г сахара, 600 г муки, 2 желтка, 1 пакетик ванильного сахара, 1 чайная ложка соды.

Для маковой массы: 200 г мака, 250 г сахара, 100 г коринки или черники, 4 стакана молока.

Масло растереть добела, добавить в него сахар, желтки, ванильный сахар и продолжать растирать до образования пышной массы. Под конец всыпать смешанную с содой муку и замесить. Из ¾ теста раскатать пласт толщиной 0,5 см и покрыть им не только дно противня, но и его края на высоту 1 см. Выпечь почти до готовности в умеренном жару.

Мак ошпарить кипятком и тщательно промыть. Затем залить его молоком, добавить сахар и, помешивая, варить до тех пор, пока ложечка массы, выложенной на тарелку, не станет застывать. Тогда добавить коринки или чернику. Теплую маковую массу выложить на запеченное тесто. Сверху украсить решеткой из полосок, вырезанных зубчатым колесиком из оставленной части теста. Решетку смазать яйцом. Все это необходимо делать очень быстро, чтобы тесто не успел остыть. Затем пирог снова поставить в печь. Когда решетка зарумянится, пирог готов.

Пирог снять с противня, когда он совсем остынет.

КЕКСЫ

Кексы — изделия из жирного, сладкого теста. Для разрыхления их употребляется сода или аммоний. Кексы выпекают в специальных формах.

Красивый вид и качество кекса зависят от количества воздуха, попавшего в тесто в процессе изготовления. Поэтому тесто всегда следует хорошо растирать и при введении в него взбитых белков осторожно перемешать. Форму необходимо выстлать пергаментной бумагой, которую следует хорошо смазать жиром и посыпать белыми сухарями. Выложив тесто в форму, заостренной лучинкой сверху делают надрез, чтобы при выпечке трещина образовалась именно в этом месте. При выпечке следует поддерживать постоянную температуру и кекса не трогать, так как тяжелое жидковатое тесто от малейшего сотрясения, особенно в начале выпечки, спадается. Хорошо выпеченный кекс должен быть темно-золотистого цвета, с продольной трещиной, жирный и сочный. Перепеченный кекс бывает сухим и горьким, особенно если он выпекается с фруктами.

Выпеченному кексу дают остыть в форме. Затем надо перевернуть форму боком и выложить кекс на мягкую подстилку. С совершенно остывшего кекса следует снять бумагу и посыпать его сахарной пудрой. Перед подачей к столу кекс положить на доску, очень острым ножом отрезать только 2—3 ломтика и аккуратно положить их вместе с остальным кексом на блюдо.

Все кексы можно выпекать в «чудо»-печи.

821. КЕКС ОБЫКНОВЕННЫЙ

300 г муки, 100 г картофельного крахмала, ½ стакана изюма, 100 г масла, 125 г сахара, 5 яиц, 1 чайная ложка соды.

Желтки растереть с сахаром, прибавить картофельную муку, растертое добела масло, часть муки, промытый и осушенный изюм. Тщательно вымешать, ввести взбитые белки и остальную муку, смешанную с содой. Тесто осторожно перемешать и выложить в форму для кекса, заполняя ее не более чем на 2/3 высоты. Выпекать в умеренном жару около 1 часа.

Дать остыть в форме, затем боком опрокинуть на мягкую подстилку.

822. КЕКС ВЫСШЕГО КАЧЕСТВА

300 г масла, 4 яйца, 2 желтка, 350 г сахара, 1 лимон, 300 г пшеничной муки, 100 г картофельного крахмала, 100 г слив, 100 г изюма, 100 г коринки или сушеной черники, ½ пакетика разрыхляющего порошка.

Растереть масло добела, затем добавлять в него по 1 желтку, всыпать по 1 ложке сахара и продолжать растирать. Хорошо растерев один желток, добавить второй и т. д., пока не будут положены все желтки и сахар.

Под конец отжать в тесто лимонный сок, добавить лимонную цедру и растереть. В растертую массу положить подготовленные фрукты и крахмал. В самом конце добавить взбитые белки и муку с разрыхлителем. Осторожно перемешать, выложить в форму и выпекать от 60 до 80 минут.

Форму для кекса следует выстлать пергаментной бумагой, затем хорошо смазать жиром, а потом посыпать белыми сухарями. Выпеченному кексу дать остыть в форме.

823. КЕКС СКОРОСПЕЛЫЙ

4 яйца, 400 г сахара, 400 г муки или 200 г муки и 200 г картофельного крахмала, 400 г сметаны или простокваши, 1 (без верха) чайная ложка соды, ваниль.

Положить в миску все перечисленные в рецептуре продукты (предварительно перемешать соду с мукой) и хорошо растереть их ложкой. Обыкновенную форму для кекса или форму-«чудо» смазать жиромиди посыпать мукой. Выложить тесто в форму и выпекать в течение 45 минут. Кекс, приготовленный на простокваше, получается более твердым и быстрее черствеет. Острым ножом или ниткой разрезать выпеченный кекс пополам и прослоить его кислым фруктовым повидлом.

Сверху посыпать сахарной пудрой.

824. КЕКС ПЕСТРЫЙ ИЛИ БАБКА

500 г муки, 225 г сахара, 225 г масла, 6 яиц, 1 лимон, 4 чайные ложки какао, 75 г картофельного крахмала, 2 (без верха) чайные ложки соды.

Растереть масло добела. Добавлять к нему по 1 желтку, по 1 ложке муки и сахара и хорошо растирать. Таким образом постепенно вложить все желтки, сахар, муку, лимонный сок. Тщательно растерев тесто, разделить его на две части. В половину теста всыпать какао и 1 чайную ложку соды, в другую — картофельный крахмал, 1 чайную ложку соды и лимонную цедру. Взбитые белки также разделить на две части и осторожно ввести в обе половины теста. Каждую половину теста в отдельности очень осторожно перемешать.

В приготовленную продолговатую форму для кекса или кольцевидную форму класть поочередно слоями тесто обоих сортов. Выпекать в умеренном жару около 1 часа. Выпеченный кекс посыпать сахарной пудрой.

825. КЕКС МРАМОРНЫЙ

200 г масла, 150 г сахара, 4 яйца, 500 г муки, 250 г простокваши, 1 пакетик разрыхляющего порошка, 2 столовые ложки какао.

Масло растереть добела. Добавлять в него по 1 желтку, по 1 ложке сахара, по 1 ложке муки, смешанной с разрыхляющим порошком; при этом растирать каждый желток, пока не перестанут ощущаться кристаллики сахара. Вложив таким образом все желтки, сахар и муку с разрыхлителем, добавить хорошо взбитую простоквашу и перемешать. Тесто разделить на две части. В одну половину теста в сыпать какао и ввести половину взбитых белков, во вторую — только взбитые белки. Светлое и темное тесто класть в форму слоями. Верхний слой должен быть светлым. Выпекать в течение 45—60 минут.

Выпеченный кекс остудить в форме и, вынув его, посыпать сахарной пудрой. Кекс не жирный, и поэтому он быстро черствеет.

826. КЕКС СТОЛИЧНЫЙ

600 г муки, 400 г масла, 400 г сахара, 4 яйца, 1 чайная ложка аммония, 400 г изюма, фруктовая эссенция, немного соли, 50 г сахарной пудры (для посыпки).

Масло растереть добела. Добавлять к нему по 1 желтку и по 1 ложке сахара. Все время тщательно растирать, пока не будут вложены все желтки и весь сахар. Когда в массе перестанут ощущаться кристаллики сахара, всыпать хорошо растолченный и просеянный аммоний, промытый и просушенный изюм, часть муки и все осторожно перемешать. Затем добавить фруктовую эссенцию, остальную муку и ввести хорошо взбитые белки. Осторожно перемешать, выложить тесто в форму и выпекать 1 час в хорошем жару.

Из формы вынуть уже остывший кекс. Сверху посыпать сахарной пудрой.

827. КЕКС БИСКВИТНЫЙ

5 яиц, 225 г сахарной пудры, ½ лимона, 2 ст. ложки картофельного крахмала, 2 ст. ложки крупчатки.

Желтки с сахаром растереть добела. В массу отжать лимонный сок и добавить лимонную цедру и крахмал. Взбить белки и вместе с мукой ввести в растертые желтки. Осторожно перемешать, выложить в форму для кекса и выпекать в течение 40 минут в легком жару.

Остывший кекс посыпать сахарной пудрой.

828. БАБКА

100 г масла, 100 г сахара, 4 яйца, 250 г пшеничной муки, 4 ложки простокваши, лимона, ½ пакетика разрыхляющего порошка.

Масло растереть добела, добавлять в него по одному желтку, класть постепенно сахар и растирать. Под конец добавить простоквашу, часть смешанной с разрыхлителем муки, лимонный сок и цедру. Перемешать, ввести взбитые белки и остальную муку. Выпекать в невысокой кольцевидной форме или в «чудо»-печи от 45 до 55 минут.

Остывшую бабку опрокинуть из формы и посыпать сахарной пудрой.

829. БАБКА С ИЗЮМОМ

0,5 кг муки, 200 г масла, 200 г сахара, ½ стакана простокваши или сметаны, 5 яиц, 1 пакетик разрыхляющего порошка, ½ стакана изюма, ½ стакана слив, 1 пакетик ванильного сахара.

Растереть масло добела. Продолжая растирать, добавлять в массу по 1 желтку и постепенно класть сахар. Затем добавить простоквашу, ванильный сахар и часть муки, смешанной с разрыхлителем. Перемешать, ввести взбитые белки, остальную муку, мелко нарезанные сливы и подготовленный изюм. Тесто выложить в кольцевидную форму для бабки или форму-«чудо» и выпекать около 50 минут.

Готовую бабку посыпать сахарной пудрой.

ПЕЧЕНЬЯ И ПИРОЖНЫЕ

Кроме пирогов и кексов, химикаты употребляют при изготовлении различных сортов печенья. Основное сырье для этих изделий — мука, сахар, жир. Мука должна быть высшего качества, сахар — в виде пудры, а масло и маргарин — свежими, высшего сорта. Количество химикатов зависит от того, сколько в тесто положено жира. На 500 г муки берется 1 пакетик разрыхляющего порошка или же 5 г соды или аммония.

Почти каждое печенье следует выпекать в хорошем жару 10—15 минут. Печенье должно быть хорошо и равномерно пропечено. Оно должно быть непригоревшим, иметь хороший вкус, запах и красивый вид. Хорошее печенье рассыпчато, с равномерными порами, без пустот и вздутий.

Его нельзя выпекать одновременно с изделиями, содержащими много влаги, так как печенье впитывает влагу и теряет свою рассыпчатость.

830. КЕКСИКИ

500 г муки, 200 г масла или маргарина, 150 г сахарной пудры, 1 пакетик разрыхляющего порошка, 1 пакетик ванильного сахара, 2 яйца.

Замесить из всех продуктов тесто и вынести на холод, чтобы оно застыло. Затем раскатать в пласт толщиной 3—4 мм, вырезать печенье разной формы, сверху смазать желтком и посыпать крупным сахарным песком. Выпекать, пока печенье не зарумянится.

831. ПЕЧЕНЬЕ ИЗ ВАРЕНЫХ ЖЕЛТКОВ

200 г масла, 5 вареных желтков, 1 сырое яйцо. 100 г сахарной пудры, 250 г муки, 1 пакетик ванильного сахара, ½ чайной ложки разрыхляющего порошка.

Желтки сваренных вкрутую яиц протереть через сито и положить в растертое добела масло. Добавить сырое яйцо, всыпать сахарную пудру, ванильный сахар, муку, смешанную с разрыхлителем. Хорошо вымесить. Затем раскатать в пласт толщиной 2—3 мм, маленькой формочкой вырезать полумесяцы, смазать их яйцом и выпекать в легком жару, пока они не зарумянятся. Это печенье очень рассыпчатое и вкусное.

832. ПИРОЖНОЕ ПЕСТРОЕ

250 г масла, 4 яйца, 200 г сахарной пудры, 50 г муки, 1 пакетик разрыхляющего порошка, 50 г коринки или сушеной черники, 100 г орехов, 1 пакетик ванильного сахара.

Масло растереть добела. Отдельно растереть желтки с сахарной пудрой, добавить их в масло, одновременно всыпать муку с разрыхлителем и ванильным сахаром и замесить тесто. Поставить на пару часов в холодное место, чтобы тесто застыло. Затем на ладони раскатать шарики величиной с грецкий орех и положить их на лист. Класть следует чтобы при выпечке они не слиплись. Сверху смазать яйцом и посыпать порубленными орехами и черникой. Выпекать в хорошем жару 10—15 минут.

833. ПЕЧЕНЬЕ ЛИМОННОЕ

200 г масла, 200 г сахарной пудры, 6 желтков, 500 г муки, цедра от 1 лимона.

Масло растереть добела. Отдельно растереть желтки с сахарной пудрой. Все перемешать, добавить муку и лимонную цедру. Тесто хорошо вымесить и вынести в холодное место. Затем пропустить тесто через мясорубку, надевая на нее разные формочки для нарезания печенья. Выпекать в умеренном жару, пока печенье не зарумянится.

834. ПАЛОЧКИ С КОРИЦЕЙ

500 г муки, 250 г сахара, 250 г масла, 1 желток, цедра от 1 лимона.

Для обсыпки: ½ чайной ложки корицы, 100 г орехов, 50 г крупного сахарного песка.

Замесить из всех продуктов тесто и вынести его в холодное место. Затем пропустить через мясорубку, надев на нее специальную формочку, и приготовить печенье в виде палочек. Посыпать порубленными орехами, сахаром с корицей и выпекать в умеренном жару.

835. КОРЖИКИ РАССЫПЧАТЫЕ

250 г пшеничной муки, 250 г картофельного крахмала, 250 г сахарной пудры, 250 г масла, 2 желтка, 1 белок (взбитый), цедра от 1 лимона. Если мука очень сухая, надо добавить 2—3 ст. ложки молока.

Замесить тесто из всех продуктов, указанных в рецептуре. Раскатать в слой толщиной 2—3 мм, стаканчиком вырезать круглые коржики. Перед выпечкой смазать яйцом и посыпать крошками. Выпекать, пока коржики не зарумянятся.

836. ПЕЧЕНЬЕ ИЗ КАРТОФЕЛЬНОЙ МУКИ

200 г масла, 400 г картофельного крахмала, 2 яйца, 200 г сахарной пудры, сок и цедра от 1 лимона.

Для смазки и посыпки: 1 желток, 50 г орехов, 50 г крупного сахарного песка.

Замесить тесто из всех продуктов, указанных в рецептуре. Вынести тесто в холодное место, чтобы оно застыло. Затем раскатать его в пласт толщиной 2—3 мм, вырезать формочкам и печенье, смазать яичным желтком, посыпать порубленными орехами с сахаром. Выпекать в легком жару, пока оно не зарумянится.

837. ПИРАМИДКИ

400 г муки, 300 г масла, 100 г орехов (без скорлупы), 100 г сахара, 1 пакетик ванильного сахара, 1 чайная ложка разрыхляющего порошка.

Для прослойки: 200 г мармелада.

Орехи мелко порубить или смолоть, добавить все продукты и замесить тесто. Вынести тесто в холодное место, чтобы оно застыло. Затем раскатать в слой толщиной 2—3 мм. Взять круглые формочки трех размеров (например: стакан, стаканчик и рюмку), вырезать одинаковое количество печенья всех размеров. Положить на смазанный маслом лист и выпекать, пока не зарумянится. Выпеченное печенье помазать мармеладом и положить пирамидкой друг на друга по три печенья разных размеров. Верхнее, самое меньшее, печенье украсить ягодой — вишней, половиной райского яблочка или малиной.

838. ПЕЧЕНЬЕ БИСКВИТНОЕ

250 г сахарной пудры, 200 г масла, 500—700 г муки, 3 яйца, 1 желток, ½ стакана сметаны, ½ пакетика разрыхляющего порошка, 1 пакетик ванильного сахара.

В растертое добела масло добавить сахарную пудру, яйца, желток, муку, сметану, разрыхлитель, ванильный сахар и хорошо вымесить. Тесто лучше приготовить с вечера. За ночь оно охлаждается и застывает.

Перед выпечкой тесто раскатать и вырезать печенье разной формы. Выпекать в умеренном жару.

839. ПЕЧЕНЬЕ (ИЛИ ПИРОГ) ПРОСЛОЕННОЕ (выпекать в «чудо-печи»)

350 г сахарной пудры, 4 яйца, 1 стакан сметаны, 500 г муки, 1 пакетик ванильного сахара, 1 чайная ложка соды, 500 г густого варенья.

Желтки растереть с сахарной пудрой добела, добавить сметану, ванильный сахар. Все растереть и ввести взбитые белки, а также смешанную с содой муку.

Тесто должно быть крутое, что бы его можно было выложить на противень ложкой.

На противень положить слой теста, слой варенья, затем снова слой теста. Выпекать в течение 45 минут.

Выпеченное изделие посыпать сахарной пудрой и разрезать на четырехугольные куски.

Это печенье имеет хороший вкус и красивый вид. Необходимо следить за тем, чтобы оно не пригорело.

840. ПЕЧЕНЬЕ ПЕСОЧНОЕ (НЕСЛАДКОЕ)

500 г муки, 2 белка, 70 г сахарной пудры, 250 г масла или маргарина.

Для посыпки: 25 г крупного сахарного песка, 1 чайная ложка корицы.

Для смазки: 1 яйцо.

Муку, белки, масло и сахарную пудру замесить. Тесто вынести в холодное место, чтобы оно застыло. Раскатать в пласт толщиной 2—3 мм, вырезать печенье разной формы. Перед выпечкой смазать яйцом, посыпать сахаром с корицей.

841. ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ

350 г сахарной пудры, 350 г муки, 3 яйца, 1 пакетик ванильного сахара.

Из всех продуктов, указанных в рецептуре, хорошо замесить тесто. Затем раскатать в пласт толщиной 2—3 мм, вырезать стаканом круглое печенье. Положить на смазанный маслом лист и выпечь. Вынуть из печи и сразу снять печенье с листа, осторожно подсовывая под него нож.

842. ПОЛУМЕСЯЦЫ

I р е ц е п т: 1 стакан сметаны, 250 г маргарина, 500 г муки, немного соли и тмина (для посыпки) , ½ чайной ложки соды.

II р е ц е п т: 250 г масла, 1 стакан сметаны, 500 г муки, немного соли.

Д л я п о с ы п к и: 50 г крупного сахарного песка и 100 г орехов.

III р е ц е п т: 250 г маргарина, 1 стакан сметаны, 500 г муки, 100 г крупного сахарного песка для посыпки.

Замесить тесто из всех продуктов (кроме добавок для посыпки). Тесто на ночь или хотя бы на пару часов поставить в холодное место.

Затем раскатать в пласт толщиной 0,5 см, вырезать стаканчиком полумесяцы или печенье другой формы, смазать яйцом и посыпать солью с растертым тмином, или сахаром с порубленными орехами, или крупным сахарным песком.

Выпекать в хорошем жару в течение 20 минут. Это печенье, особенно с тмином, очень хорошо к пиву.

ХВОРОСТ

Хворост — рассыпчатое печенье, зажаренное в большом количестве жира. Лучше всего жарить хворост в свином сале, но можно также свиное сало употреблять пополам с бараньим жиром или с подсолнечным маслом.

Основные продукты для хвороста — мука, яйца и сметана.

Из всех указанных в рецептуре продуктов замесить тесто и бить его скалкой, загибая края теста внутрь, до образования в нем пузырьков. Затем вынести тесто в холодное место и дать застыть. Застывшее тесто раскатать в пласт толщиной 2 мм, разрезать колесиком на полоски длиной 10—15 см и шириной 2—3 см. В каждой полоске сделать посередине разрез и продеть в него петлей один конец полоски.

Вскипятить жир в невысокой широкой кастрюле. Чтобы хворост не пропитался жиром, надо, сняв кипящий жир с огня, добавить в него 1 ложку водки или же положить пару ломтиков сырого картофеля (жир начинает бурно кипеть). Когда кипение приостановится, жир снова поставить на огонь и дать закипеть, так как хворост следует погружать только в кипящий жир.

Если погруженный хворост, шипя, всплывает наверх, то это значит, что жир достаточно нагрет. Когда от жаренья зарумянится одна сторона, хворост переворачивают вилкой на другую сторону и кончают жарить. Готовый хворост надо вынуть шумовкой на сито и дать стечь жиру. Когда хворост остынет, посыпать его сахарной пудрой с ванилью.

843. ХВОРОСТ ОБЫКНОВЕННЫЙ

I р е ц е п т: 25—50 г ванильного сахара, 25 г масла, 3 яйца, 3 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка спирта, 300 г муки.

II р е ц е п т: 1 стакан сметаны, 3 желтка, 1 ст. ложка спирта, 30 г сахарной пудры, 300 - 400 г муки.

Тесто приготовить и варить, как указано выше.

844. ХВОРОСТ РАССЫПЧАТЫЙ

I р е ц е п т: 250 г муки, 50 г масла, 3 желтка, 1 яйцо, 15 г сахара, стакана сметаны, 1 чайная ложка рома.

II р е ц еп т: 2 яйца, 3 желтка, 50 г масла, 50 г сахарной пудры, 50 г спирта, около 300 г муки.

Тесто приготовить и жарить хворост так же, как указано выше.

845. ХВОРОСТ ОСОБЫЙ

300 г муки, 50 г сахарной пудры, ¼ стакана воды, 2 яйца, 1 чайная ложка рома.

Тесто приготовить и жарить хворост так же, как указано выше.

846. КРЕНДЕЛЬКИ, ЗАЖАРЕННЫЕ В ЖИРУ

250 г муки, 45 г сахара, 35 г масла, 1 яйцо, 1 желток, щепотка соли, 2 ст. ложки белого вина или 1 ст. ложка водки.

Д л я п о с ы п к и: 100 г сахарной пудры, 5 г корицы.

Из муки, сахара, масла, яиц, соли и вина или водки замесить тесто. Затем накрыть салфеткой и поставить на холод, чтобы тесто застыло. Раскатать тесто тонким слоем, вырезать круглые лепешки, а их середину вынуть рюмкой, чтобы получились крендельки.

Жарить в жиру так же, как хворост. Готовые крендельки посыпать сахарной пудрой с корицей.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ ЖИРНОГО ТЕСТА

Изделия из жирного теста, основным продуктом для которых является масло или хороший столовый маргарин, подразделяются на: р а с с ы п ч а т ы е, с л о е н ы е и з а в а р н ы е.

В отличие от дрожжевого теста эти виды теста приготовляются в прохладном (не теплее 17°) помещении из охлажденных продуктов. Тесто необходимо месить быстро, чтобы жир не успел растаять от теплоты рук. Перед выпечкой тесто обязательно надо охладить. Жирное тесто не рекомендуется выпекать вместе с изделиями из другого вида теста, так как при выпечке оно быстро впитывает в себя влагу и становится мягким. Изделия из жирного теста выпекаются в хорошем жару (200-240°).

Степень рассыпчатости изделия зависит от качества жира. Поэтому как для рассыпчатого, так и для слоеного теста употребляется масло или маргарин только высшего сорта.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ РАССЫПЧАТОГО ТЕСТА

Для этих изделий тесто приготовляется различными способами, однако основу их составляют 3 части муки, 2 части жира и 1 часть сахара. При высокой температуре жир разрыхляет тесто, поэтому ни разрыхлителя, ни дрожжей для этого теста не нужно.

Масса, замешенная на жиру, не тягуча, а рассыпчата. Для того чтобы придать рассыпчатому тесту тягучесть (чтобы его можно было раскатать), добавляют яйца, молоко или воду.

Сахар употребляется только в виде пудры, так как от сахарного песка тесто становится твердым и, кроме того, он неравномерно распределяется в тесте.

Рассыпчатое тесто можно приготовить проще и быстрее, чем тесто других сортов: его замешивают на кухонной доске или в миске сразу из всех указанных в рецептуре продуктов. Затем тесту придают вид четырехугольной плитки, дают застыть и раскатывают от центра во все стороны. Тесто разделывают по указанному в рецептуре способу.

Таким же образом изготовляется полурассыпчатое тесто, для которого берут половинное количество масла или маргарина.

Из рассыпчатого и полурассыпчатого теста изготовляется разное печенье, пироги, торты, пирожные, всевозможные добавления к супам и пр.

Выпеченные изделия могут довольно долго сохраняться, причем вкус их не изменяется, если их держат в сухом месте и в закрытой посуде.

847. МИНДАЛЬНОЕ ПЕЧЕНЬЕ

200 г масла, 100 г сахара, 400 г муки, 100 г миндаля, 3 яйца, 50 г миндаля для посыпки.

Очищенный миндаль пропустить через мясорубку и растереть с маслом. Затем добавить 2 яйца, 1 желток, всыпать сахар и растирать, пока не разотрется сахар и масса станет пышной. Тогда добавить муку, замесить тесто и раскатать в пласт толщиной 3—4 мм. Формочками вырезать печенье в виде звездочек. Середину вырезать рюмочкой, чтобы придать печенью вид кольца. Уложить на лист, смазать яичным белком и посыпать рубленым миндалем. Выпекать, пока печенье не зарумянится.

848. ПЕЧЕНЬЕ НА СМЕТАНЕ

300 г масла, 1 стакан сметаны, 100 г сахарной пудры, 500 г муки, ваниль, 100 г крупного сахарного песка, 100 г орехов или миндаля, 1 желток.

Перед приготовлением теста масло необходимо хорошо охладить. Все указанные в рецептуре продукты быстро замесить в холодном помещении, чтобы масло как можно меньше таяло от теплоты рук. Затем накрыть тесто салфеткой и оставить на 1 час в холодном помещении, чтобы оно застыло. Перед выпечкой раскатать тесто в пласт толщиной 0,5 см. Нарезать формочкой или рюмкой кружки, смазать желтком и обильно посыпать крупным сахарным песком и порубленными орехами или миндалем. Выпекать в хорошем жару.

849. КОРЖИКИ РАССЫПЧАТЫЕ

250 г масла, 250 г сахарной пудры, 2 яйца, 2-3 ст. ложки сметаны, 250 г пшеничной муки, 250 г картофельного крахмала, цедра от 1 лимона.

Для смазки: 1 яйцо.

Желтки растереть с сахаром, масло растереть отдельно. Затем все продукты положить в миску, быстро замесить руками тесто и оставить в холодном помещении на 1 час, чтобы оно застыло. Перед выпечкой раскатать тесто в пласт толщиной 0,5 см. Рюмкой вырезать кружки, смазать сверху яйцом и выпекать в течение 15—20 минут.

850. ПЕЧЕНЬЕ ПОЛУРАССЫПЧАТОЕ

600 г муки, 300 г масла, 200 г сахарной пудры, 1 яичный белок, ванильный сахар.

Для посыпки: 50 г миндаля, 50 г крупного сахарного песка, 1 яйцо для смазывания.

Положить в миску все продукты, замесить тесто, накрыть его салфеткой и дать застыть в холодном помещении.

Через час раскатать тесто в пласт толщиной 3—5 мм, разрезать на продолговатые четырехугольники величиной 3—5 см, уложить их на лист и смазать яйцом. Сверху посыпать порубленным миндалем и крупным сахарным песком. Выпекать в хорошем жару, дать зарумяниться. После выпечки дать немного остыть, затем ножом осторожно снять печенье с листа.

851. ПЕЧЕНЬЕ ПЕСОЧНОЕ

250 г муки, 125 г маргарина, 35 г сахарной пудры, 1 белок.

Для посыпки: 25 г крупного сахарного песка, 1 г толченой корицы, 1 яйцо для смазывания.

Из муки, белка, маргарина и сахарной пудры замесить тесто и охладить его, чтобы тесто набухло. Затем раскатать в пласт толщиной 3-4 мм и вырезать печенье различной формы. Сверху смазать яйцом и посыпать сахаром с корицей. Выпекать, пока не зарумянится. С листа печенье снять остывшим, так как тогда оно меньше крошится.

852. ПЕЧЕНЬЕ МАСЛЯНОЕ

500 г муки, 200 г масла, 100 г сахарной пудры, 2 яйца, 100 г миндаля.

Для смазки: 1 яйцо.

Масло с сахарной пудрой растереть добела. Добавить яйца и муку, замесить тесто и раскатать в пласт толщиной 3—4 мм. Маленьким стаканчиком или круглой формочкой вырезать небольшие лепешки. Перед выпечкой смазать яйцом и посыпать порубленным миндалем или орехами. Выпекать в умеренном жару.

853. МАЗУРКА ОРЕХОВАЯ

150 г масла, 6 яиц, 200 г сахарной пудры, 200 г орехов или миндаля, 100 г муки, несколько штук горького миндаля, ваниль.

Масло растереть в миске добела. Добавлять по одному желтку, по одной ложке сахара и продолжать все время растирать до тех пор, пока сахар не разойдется. Когда все продукты будут вложены и масса станет пышной, всыпать ваниль и порубленные или пропущенные через мясорубку миндаль и орехи. Хорошо перемешать, ввести взбитые белки в муку. Противень выстлать пергаментной бумагой или вафлями, выложить на него тесто и разровнять сверху ложкой. Выпекать в течение 40-45 минут в умеренном жару. Готовую мазурку посыпать сахарной пудрой.

854. ПИРОГ НА СМЕТАНЕ

1 р е ц е п т: 2 стакана сметаны, 2 желтка, 50 г масла, 225 г сахарной пудры, 1 пакетик ванильного сахара, немного соли и около 500 г муки, 1 чайная ложка соды.

Д л я п р о с л о й к и: 1 кг яблок или 0,5 кг фруктового повидла.

Д л я с м а з к и: 1 яйцо.

Положить в миску охлажденную сметану, сахарную пудру, желтки, масло, ванильный сахар, муку, соль, соду и замесить тесто (муки сыпать столько, чтобы тесто можно было раскатать).

Через час раскатать тесто в пласт толщиной 1 см и уложить на подготовленный противень. Перед выпечкой тесто покрыть слоем фруктового повидла или обложить дольками яблок. Сверху сделать решетку из этого же теста и обязательно смазать ее яйцом. Вытекать в хорошем жару в течение 25—35 минут (пока тесто не отстанет от краев противня).

II р е ц е п т: 1 стакан сметаны, 250 г масла. немного соли, около 500 г муки, 50 г сахарного песка для посыпки.

Д л я с м а з к и: 1 яйцо.

Масло хорошо растереть в миске. Добавить сметану, соль и муку и замесить тесто такой густоты, чтобы его можно было раскатать. Приготовленное тесто накрыть салфеткой, вынести в холодное место и дать ему застыть. Затем раскатать тесто в пласт толщиной 1 см, уложить на противень, наколоть вилкой, чтобы тесто при выпечке не вздувалось. Смазать яйцом и посыпать крупным сахарным песком. Выпекать в хорошем жару 25—35 минут. Выпеченное изделие можно намазать яблочным повидлом или отделать крошками из этого же теста (выпеченного). В таком случае перед выпечкой тесто не следует смазывать яйцом и посыпать сахаром.

Из того же самого теста можно приготовить и торт. Раскатанное тесто уложить в форму для торта, обложить края валиками из этого же теста, а середину наколоть вилкой. Выпекать так же, как в первом случае. После выпечки остудить. Тем временем приготовить сливочный крем — каймак (912) и покрыть им остывшее изделие. Отделать можно разными цукатами или густым вареньем, печеньем из этого же теста или вафлями.

855. МАЗУРКА АПЕЛЬСИНОВАЯ

400 г муки, 200 г масла, 4 крутых яйца, 2 сырых яйца, 200 г сахара, 3 ст. ложки сметаны, цедра от 1 лимона, 1 чайная ложка соли, несколько штук горького миндаля.

Для апельсиновой массы: 3 апельсина, 1 лимон, 600 г сахара, 1½ стакана воды.

Желтки крутых яиц протереть через сито, добавить все указанные в рецептуре продукты и замесить тесто. Затем раскатать тесто в пласт толщиной 0,5 см и уложить на противень так, чтобы тесто заходило на его края. Наколоть вилкой, выпекать в умеренном жару в течение 35—40 минут.

Выпеченную и остывшую мазурку намазать густым яблочным повидлом или апельсиновой массой (921), сверху посыпать крошками из того же теста.

856. ПИРОГ РАССЫПЧАТЫЙ

400 г муки, 400 г масла, 400 г сахарной пудры, 4 яйца, ваниль и лимонная цедра.

Масло растереть добела, добавлять по одному яйцу, приблизительно по 100 г муки, по стольку же сахарной пудры и все время растирать пока не будут положены все указанные в рецептуре продукты. Это продолжается около 1 часа 30 минут.

Под конец добавить ваниль и лимонную цедру. Хорошо размешанное тесто выложить на противень, покрытый пергаментной бумагой, и выпекать в хорошем жару. Дать выпеченному изделию остыть на противне, так как при снятии его горячим оно может рассыпаться. Сняв пирог с противня, его поверхность можно посыпать сахарной пудрой или намазать каким-либо вареньем.

857. ПИРОГ ПЕСОЧНЫЙ

100 г масла, 5 яиц, 200 г сахарной пудры, 100 г картофельного крахмала, 100 г муки, ваниль.

Масло растереть до густоты сметаны. Затем постепенно добавлять по одному желтку, по одной ложке сахарной пудры, немного крахмала и продолжать растирать в течение 10-15 минут. После того, как положен весь сахар и крахмал, взбить белки и ввести их вместе с мукой и ванилью. Противень выстлать бумагой и выложить на него тесто слоем толщиной 1 см. Выпекать в умеренном жару. Выпеченный пирог посыпать сахарной пудрой или украсить кремом.

858. ЯБЛОКИ В «ПЛАТОЧКАХ»

700 г яблок средней величины, 100 г густого клубничного или малинового варенья.

50 г масла, 100 г сахарной пудры, 2 желтка, 2 ст. ложки сливок, 1 ст. ложка рома или коньяка, 250 г муки, 1 яйцо для смазки.

Яблоки очистить, вынуть из них сердцевину с семенами, заполнить густым вареньем.

Муку высыпать на доску, сделать посередине углубление, положить внего разрезанное на кусочки масло, добавить сливки, сахарную пудру, ром и желтки. Сухой рукой быстро замесить тесто и вынести его хотя бы на час на холод.

Перед выпечкой раскатать тесто в пласт толщиной 4—5 мм и разрезать его на квадратные куски. На каждый квадратик положить по яблоку, края теста загнуть и зажать вместе над яблоком. Смазать сверху яйцом и выпекать в хорошем жару в течение 30—40 минут.

Выпеченные изделия осторожно снять широким ножом с листа, посыпать сахарной пудрой и положить на тарелку.

859. ТАРТАЛЕТКИ ИЗ ОБЫКНОВЕННОГО ТЕСТА

I рецепт: 250 г муки, 125 г масла, 2 желтка, 1 рюмка водки, 125 г сахарной пудры.

II рецепт: 250 г муки, 125 г масла, 75 г сахарной пудры, 50 г миндаля, 1 желток, 1 рюмка водки.

III рецепт: 250 г муки, 180 г масла, 75 г сахарной пудры, 150 г миндаля, 2 желтка, 1 рюмка водки.

Муку высыпать на доску, сделать посередине углубление, положить в него разрезанное на кусочки масло, сахарную пудру, порубленный миндаль, влить водку и выпустить желтки. Сухими руками быстро замесить тесто, вынести в холодное помещение и дать ему застыть.

Перед выпечкой раскатать тесто в пласт толщиной 0,5 см, овальной формочкой вырезать тарталетки шириной около 5 см и длиной 10 см. Широким ножом уложить их на смазанный маслом и посыпанный мукой лист. Выпекать в хорошем жару в течение 15 минут. Выпеченным тарталеткам дать остыть, смазать жирным кремом (909) и склеить по две. Сверху покрыть шоколадной или белковой глазурью (926, 924) или же отделать тем же жирным кремом.

860. ТОРТ РАССЫПЧАТЫЙ

250 г масла, 6—8 яиц, 150 г сахарной пудры, 450 г муки, 20 шт. горького миндаля.

Миндаль очистить и пропустить через мясорубку. Затем все указанные в рецептуре продукты положить в миску или на доску и в холодном помещении быстро замесить тесто. Через полчаса разделить застывшее тесто на 3 части. Каждую часть раскатать, придать ей круглую форму, наколоть вилкой и выпечь на листе или в форме для торта. При выпечке тесто стягивается; поэтому, желая получить торт определенной величины, тесто надо раскатать до большего размера.

Остывшие лепешки толсто смазать кофейным кремом (913). Сверху смазать тем же кремом или покрыть глазурью и отделать.

861. ТОРТ ПЕСОЧНЫЙ (1-й способ)

400 г масла, 10 яиц, 9 белков, 400 г картофельного крахмала, 400 г сахарной пудры, ваниль, лимонная цедра и несколько капель арака.

В холодном помещении растереть масло до густоты сметаны. Затем добавлять в него по одному желтку, всыпать по ложке сахарной пудры, по ложке крахмала и растирать до тех пор, пока не будут положены все желтки, весь сахар и крахмал. Это продолжается около 1½ часа. Под конец добавить все пряности, ввести взбитые белки, выложить в форму для торта и выпекать в хорошем жару около 1 часа (форму для торта выстлать пергаментной бумагой, смазать бумагу жиром и посыпать мукой). После охлаждения разрезать торт острым ножом на 3 круга и прослоить жирным кремом (909).

862. ТОРТ ПЕСОЧНЫЙ (2-й способ)

9 яиц, 150 г масла, 225 г сахарной пудры, 275 г муки, сок и цедра от одного лимона.

Растереть на холоде масло до густоты сметаны. Добавлять по одному желтку, всыпать по ложке сахарной пудры, по ложке муки и продолжать растирать, пока не будут положены все желтки и вся сахарная пудра. Добавить тогда выжатый сок и лимонную цедру. Под конец ввести взбитые белки. Выпечь в формах для торта в хорошем жару 4 нетолстых круга. Горячие лепешки очень хрупки, поэтому их следует вынимать из формы, когда они совершенно остынут.

Торт из этих четырех кругов можно прослоить ананасовым кремом (918) или ягодным повидлом, а также жирным кремом (909), добавив к нему для цвета какао.

863. ТОРТ ПЕСОЧНЫЙ (3-й способ)

250 г масла, 250 г сахара, 5 яиц, 1 лимон, 250 г картофельного крахмала, 250 г муки, ½ пакетика разрыхляющего порошка, 1 ст. ложка рома.

Растереть масло добела, добавлять по одному яйцу, всыпать по ложке сахара и продолжать растирать до растворения кристалликов сахара. Введя все яйца и весь сахар, добавить лимонную цедру и, продолжая растирать, понемногу вливать лимонный сок и ром. Затем добавить муку, смешанную с крахмалом и разрыхлителем. Хорошо перемешать и выпекать в выстланной бумагой форме для торта около 45—50 минут.

Остывший торт разрезать острым ножом на 2 или 3 круга и прослоить жирным кремом (909) или фруктовым повидлом.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ СЛОЕНОГО ТЕСТА

Это тесто еще жирнее, чем рассыпчатое, так как в него кладется почти столько же масла или столового маргарина, как и муки. Продукты должны быть высокого качества: мука — сухой, содержащей около 40 процентов клейковины, масло — без казеина, неводянистое (не более 16 процентов воды) или столовый маргарин. Сахара кладется очень мало; поэтому добавлять соль следует строго придерживаясь рецептуры (на 100 г муки не более 1 г), так как она оказывает влияние не только на вкус изделий, но и на их слоистость. Изделия с достаточным количеством соли имеют тонкую, равномерную расслойку. Лимонная, уксусная и молочная кислоты также содействуют образованию красивой расслойки. Кислота добавляется в количестве 0,15—0,2 г на 100 г муки. От чрезмерного количества кислоты изделия получаются невкусными и некрасивыми.

Слоеное тесто приготовляют в прохладном помещении при температуре не выше 15—17° тепла. При приготовлении теста в еще более холодном помещении масло слишком затвердевает и при раскатывании разрывает слой теста. В слишком теплой комнате масло размягчается, впитывается в тесто и делает его менее эластичным; изделия из такого теста получаются некрасивыми, мало прослоенными.

При изготовлении теста 5—10 процентов указанной в рецептуре муки оставляют для смешивания с маслом и 5—6 процентов — для посыпки доски, на которой раскатывают тесто. Из остальной муки, воды, в которой растворяют соль, яиц и кислоты (если указано в рецептуре) замешивают тесто и оставляют в холодном помещении на 30 минут, чтобы тесто застыло, так как тогда оно лучше раскатывается.

Готовое тесто кладут на посыпанную мукой доску и раскатывают в четырехугольный пласт толщиной 1 см. Края пласта должны быть несколько тоньше.

На середину пласта кладут жир, подготовленный следующим образом. Масло или маргарин разминают, отжимают из него воду, затем смешивают с оставленной частью муки и придают ему прямоугольную форму. Плитка масла или маргарина должна быть толщиной 2 см, а по величине — вдвое меньше пласта теста. На середину пласта кладут подготовленное вышеуказанным способом масло или маргарин, затем его накрывают свободными концами теста в виде конверта. Это тесто раскатывают скалкой на доске, посыпанной мукой. Тесто следует раскатывать осторожно (особенно в последний раз) во все стороны до образования

прямоугольного пласта толщиной 1 см. Поверхность теста очищают щеткой от муки, затем края полученного пласта загибают внутрь так, чтобы они сходились не на середине пласта, а ближе к одному из краев. Потом пласт еще раз складывают вдвое. Раскатанное тесто оставляют на 30 минут в холодном помещении для охлаждения, а затем снова раскатывают. Раскатанное таким образом 4 раза тесто уже можно использовать для различных изделий, пальчиков, пирожных, мазурок, тортов. Если тесто делается менее слоеным, то при выпечке вытекает масле и изделия получаются твердыми. При раскатывании более 4 раз слои становятся слишком тонкими, тесто рвется, и изделия слабо поднимаются. Пласт следует раскатать больших размеров, чем лист для выпечки, так как при укладке на лист тесто стягивается.

Выпекать в хорошем жару (250—260°) на слегка смоченных водой листах. Листы не следует передвигать или трясти.

До выпечки слоеное тесто можно разрезать только острым ножом, чтобы на месте разреза слои не склеивались. Приготовленные изделия нельзя мять.

Мелкие изделия смазывают сверху яйцом, не смачивая краев, так как это препятствует тесту подниматься. Если изделие посыпают сахаром, то его не следует смазывать яйцом, смешанным с водой, так как сахар в воде растворяется и это портит вид изделий. Все большие изделия из слоеного теста до выпечки обязательно надо наколоть вилкой, чтобы у выпеченных изделий получилась более ровная поверхность.

Изделие не удается, если оно выпечено из плохих продуктов, а также если их взято слишком много или слишком мало. Оно плохо получается, если тесто слишком интенсивно раскатывали, недостаточно охлаждали и выпекали в негорячей печи.

При приготовлении теста необходимо придерживаться следующих правил:

в тесто не должна попадать мука, которой посыпают доску при раскатывании;

при выпечке края теста необходимо обрезать, так как в противном случае изделие не поднимается;

при смазывании яйцом жидкость не должна стекать по краям, потому что она склеивает слои и препятствует тесту подниматься;

обрезки теста не следует месить; их надо положить друг на друга и раскатать.

864. ПАЛЬЧИКИ К ПИВУ

300 г муки, 200 г маргарина, 1 яйцо, 2 ст. ложки воды, 2 г соли.

1 яйцо для смазки, 1 чайная ложка соли, 1 ст. ложка тмина для посыпки.

Приготовить слоеное тесто, как указано выше. В последний раз раскатать тесто в пласт толщиной 0,5 см и разрезать на полоски шириной 1 см и длиной 5 см. Смазать поверхность полосок яйцом и посыпать солью с тмином. Выпекать в хорошем жару,

Пальчики подаются к пиву.

865. ПАЛЬЧИКИ СЛАДКИЕ

300 г муки, 200 г масла, 1 яйцо, 2 ст. ложки воды, 1 г соли, ванильный сахар, 1 яйцо для смазки, 60 г крупного сахарного песка.

Приготовить слоеное тесто, как указано выше. В последний раз тесто раскатать в пласт толщиной 0,5 см и разрезать на полоски шириной 1 см, длиной 5 см. Смазать поверхность полосок яйцом и посыпать сахаром с ванилью. Выпекать в хорошем жару, пока они не зарумянятся.

Подаются к черному кофе и к чаю.

866. ПЕЧЕНЬЕ СЛОЕНОЕ

500 г муки, щепотка соли, ½ стакана воды, 2 ст. ложки уксуса (3%) или рома, 400 г масла, 50 г крупного сахарного песка.

Приготовить слоеное тесто, как указано выше, охладить его и формочками вырезать печенье разнообразной формы. Поверхность смазать яйцом и посыпать крупным сахарным песком. Выпекать в хорошем жару, пока печенье не зарумянится.

867. ПИРОЖНОЕ «СЛОЙКА С ЯБЛОЧНОЙ НАЧИНКОЙ»

400 г муки, 300 г масла, 1 яйцо, ½ стакана воды, 2 г соли, 500 г густого яблочного повидла.

Приготовить слоеное тесто, как указано выше. В последний раз раскатать тесто в пласт толщиной 2—3 мм, разрезать его на две равные части и выпекать на отдельных листах. Изделие считается выпеченным, если при поднятии за один конец оно не гнется. Дать остыть. Один из пластов смазать яблочным повидлом и покрыть вторым пластом. Поверхность верхнего пласта смазать тонким слоем яблочного повидла, затем посыпать крошкой из того же теста, сверху посыпать сахарной пудрой. Готовое изделие разрезать острым ножом на пирожные шириной 5 см, длиной 10 см.

868. ПИРОЖНЫЕ

400 г муки, 400 г масла, ¾ стакана воды, 2 г соли.

Д л я к р е м а: 200 г сахарной пудры, ½ стакана молока, 25 г муки, ½ палочки ванили, 8 яиц.

Приготовить слоеное тесто, как указано выше. В последний раз раскатать тесто в пласт толщиной 2—3 мм, разрезать на 2 равные части и выпекать каждую из них в отдельности.

Ваниль с молоком вскипятить. Желтки взбить с сахаром и мукой и заварить их горячим молоком. Затем переложить все обратно в ту же кастрюлю и подогревать, помешивая, пока масса не станет густоты сметаны. Под конец взбить белки, ввести в массу и, помешивая, еще немного подогреть на плите.

После охлаждения выпеченных пластов один из них смазать кремом и покрыть вторым пластом. На поверхность нанести тонкий слой крема, обсыпать крошкой, затем посыпать сахарной пудрой. Потом острым ножом разрезать на отдельные пирожные шириной 5 см и длиной 10 см или же меньших размеров.

Вместо крема для начинки можно употреблять яблочный мармелад.

869. ПИРОЖНЫЕ С КРЕМОМ

600 г муки, 400 г масла, 1 яйцо, 0,5 г лимонной кислоты, 2 г соли, 1 стакан воды.

250 г мармелада или масляного крема (910) для начинки.

Приготовить слоеное тесто, как указано выше. Дать тесту застыть, затем раскатать в пласт толщиной 2—3 мм и зубчатой формочкой диаметром 8—10 см вырезать звездочки. Половину их уложить на слегка смоченный водой лист, а у остальных рюмочкой вырезать середину. Полученными звездочками, у которых отсутствует середина, накрыть ранее уложенные на лист звездочки так, чтобы их углы совпали. Вырезанные серединки уложить отдельно на лист. Смазать яйцом, посыпать крупным сахарным песком и выпекать в хорошем жару.

Когда выпеченные пирожные остынут, наполнить углубления в них до краев яблочным мармеладом, сливочным или масляным кремом и сверху положить колпачки — выпеченные отдельно серединки, которые были вырезаны из звездочек.

870. ПИРОЖНОЕ РУБЛЕНОЕ

400 г муки, 300 г масла, 1 яйцо, ½ стакана воды, 2 г соли.

Высыпать муку на доску, сделать посередине углубление, положить в него масло, налить воду и выпустить яйцо. Острым ножом рубить тесто, пока не останется сухой муки. Затем обжать тесто руками, охладить в холодном помещении и раскатать (не прижимая скалкой) в пласт толщиной 0,5 см. Рюмочкой или формочкой вырезать круглые лепешки; середину их прижать маленькой формочкой, однако не насквозь и середину не удалять. Смазать яйцом и выпекать в хорошем жару. Когда изделия выпекутся, удалить их середину, оставив несколько нижних слоев. Образовавшееся углубление заполнить ореховой массой (920), вареньем или яблочным мармеладом.

871. РОЖКИ ИЗ РУБЛЕНОГО СЛОЕНОГО ТЕСТА

350 г муки, 200 г масла, 2 ст. ложки воды, 1 яйцо, 2 г соли.

Для яблочного крема: 200 г пюре из печеных яблок, 2 белка, ваниль, арак, 100 г сахара.

Приготовить рубленое тесто, как указано в № 870. В последний раз раскатать его в пласт толщиной 3 мм. Пласт разрезать на полоски шириной 3 см, длиной 15 см и накрутить их на бумажные (из твердой бумаги) или специальные конусообразные металлические трубочки, смазанные жиром и обсыпанные сухарями. Поверхность теста смазать яйцом. Трубочки поставить или уложить на лист так, чтобы они не касались друг друга, и выпекать в хорошем жару 15—20 минут.

Выпеченные и немного остывшие рожки снять с трубочек. Когда они совершенно остынут, начинить их яблочным или сливочным кремом (643).

872. ПИРОГ ОСОБЫЙ

150 г масла, 375 г муки, 250 г сахарной пудры, 4 желтка, сок и цедра от ½ лимона, 2 ст. ложки воды.

0,5 кг мармелада для начинки.

Приготовить рубленое тесто, как указано для рубленого пирожного (870). Дать тесту застыть в холодном помещении. Затем раскатать 2/3 теста, уложить в форму для пирога, наколоть вилкой и запечь. Вынуть из печи, покрыть слоем яблочного или другого фруктового мармелада, отделать полосками из оставленного теста, смазать их яйцом и выпекать до готовности.

873. ЯБЛОКИ В РУБЛЕНОМ ТЕСТЕ

700 г муки, 400 г масла, 300 г сахара, 1 яйцо, 1 стакан воды, ваниль, 4 г соли.

200 г сахарной пудры для посыпки и 1 яйцо для смазки.

2 кг небольших яблок.

Приготовить тесто, как для рубленого пирожного (870). Дать тесту застыть в холодном помещении, затем раскатать его в пласт толщиной 3—4 мм и разрезать на квадраты размером 10 X 10 см. Посреди каждого квадрата положить очищенное яблоко, из которого (не прорезая яблоко насквозь) удален семенник, а вместо него насыпан сахар с ванилью или наложено густое варенье. Края квадрата смазать яичным белком, соединить вместе и тщательно защипать, чтобы при выпечке не вытек яблочный сок.

Завернутые в тесто яблоки уложить на слегка смоченный водой противень, поверхность смазать яйцом и выпекать в хорошем жару 40—45 минут. Выпеченные пирожные посыпать сахарной пудрой.

874. ЯЗЫКИ СЛОЕНЫЕ

500 г муки, 250 г масла, 1 яйцо, 3 г соли, 1 ст. ложка уксуса (3%), 100 г крупного сахарного песка.

Приготовить слоеное тесто так же, как указано для рубленого пирожного (870). Дать тесту застыть в холодном помещении. Затем раскатать в пласт толщиной 5 мм и зубчатой формочкой вырезать пирожные в виде языков величиной 6 X 10 см. Доску хорошо посыпать крупным сахарным песком, уложить на нее языки и скалкой раскатать их в длину так, чтобы сахар врезался в тесто. Затем уложить языки на лист и выпекать в хорошем жару до тех пор, пока от жары сахар начнет таять, вследствие чего поверхность языков станет блестящей.

875. ЗВЕЗДОЧКИ СЛОЕНЫЕ

400 г муки, 200 г масла, ½ стакана сметаны, 50 г крупного сахарного песка, 2 г соли.

Приготовить рубленое слоеное тесто (870) и дать застыть в холодном помещении. Затем раскатать в пласт толщиной 5—6 мм и формочкой вырезать звездочки. Осторожно уложить их на слегка смоченный водой лист, поверхность смазать яйцом и посыпать крупным сахарным песком. Выпекать до тех пор, пока они не зарумянятся сверху и снизу.

876. ТОРТ «НАПОЛЕОН»

700 г муки, 4 ст. ложки сметаны, 500 г масла, 7 г соли.

Для ванильного заварного крема: 500 г масла, 120 г муки, 350 г сахара, 1 стакан молока, 2 желтка, 1 пакетик ванильного сахара.

Высыпать муку на доску, сделать в ней углубление, налить туда сметану, добавить масло и соль. Острым ножом рубить в холодном помещении тесто до тех пор, пока в нем не останется сухой муки. Приготовленное тесто обжать руками, накрыть салфеткой, вынести на холод и дать тесту застыть. Затем разделить его на 3 части и из каждого куска раскатать круглую лепешку толщиной 7—8 мм. Осторожно уложить лепешки на слегка смоченный водой лист, наколоть поверхность вилкой и выпекать в хорошем жару, пока они не зарумянятся. Снять с листа, когда лепешки остынут.

Предназначенное для крема масло положить в кастрюльку, дать закипеть, всыпать муку и некоторое время подогревать, чтобы мука пожелтела. Отдельно вскипятить молоко с сахаром и влить его в масло, хорошо размешивая. Немного подогреть, затем снять с огня и, растирая деревянной ложкой, охладить массу. Затем добавить желтки и растирать до образования пышной массы. Под конец положить ванильный сахар.

Остывшие лепешки покрыть слоем растертого крема, положить друг на друга, затем смазать поверхность изделия, а также боковые стороны тем же кремом и обсыпать крошками.

Отделать можно кремом или орнаментами из крошек двух цветов.

Вместо заварного ванильного крема можно употреблять масляный крем (910).

ЗАВАРНОЕ ТЕСТО

Заварным это тесто называется потому, что его приготовляют горячим способом. Основное сырье — вода, мука, масло, яйца, сахар и соль.

Чтобы приготовить хорошие изделия из заварного теста, следует строго придерживаться рецептуры и правильно установить температуру печи.

Прежде всего в кастрюле вскипятить воду, положить в нее растопленное масло (без казеина), соль, сахар и просеянную муку. Массу помешивать деревянной ложкой и дать ей 2—4 минуты прокипеть, чтобы она пожелтела и начала отставать от краев кастрюли (из перегретого теста выделяется масло). Затем тесто охладить до 70° и, растирая, добавлять по одному яйцу, которыми регулируется густота теста. Изделия из слишком густого теста плохо поднимаются, а из слишком жидкого расплываются, спадаются, имеют некрасивый вид. Для исправления жидкого теста к нему примешивают густое. Хорошее тесто должно быть таким, как густая сметана.

В приготовленное и охлажденное тесто, особенно в более жирное, иногда добавляют разрыхляющий порошок или аммоний, но обычно заварное тесто поднимается и без них. Рыхлость изделий из заварного теста зависит от количества воздуха, попавшего в него при размешивании.

Приготовленную и охлажденную массу немедленно перемещают посредством шприцевального (кондитерского) мешка или ложкой на смазанный маслом лист. Выпекают 18—20 минут в хорошем жару, а затем, когда изделия зарумянятся, — в более прохладной (открытой) печи до тех пор, пока они хорошо подсохнут. В середине выпеченных изделий обычно образуется пустота, которую заполняют сладким кремом из шприцевального мешка. Поверхность изделия посыпают сахарной пудрой или покрывают глазурью.

Заварное тесто для всех изделий приготовляют этим способом, но в тесто для изделий с мясной начинкой, подаваемых к прозрачному бульону, не кладут сахара.

877. ПИРОЖНОЕ ЗАВАРНОЕ СО СЛИВОЧНЫМ КРЕМОМ

1½ стакана воды, 400 г муки, 120 г масла, 8 яиц, ½ чайной ложки аммония.

Для крема: 3 стакана сливок, 2 пакетика ванильного сахара, 150 г сахарной пудры.

Для посыпки: 75 г сахарной пудры.

Приготовленное заварное тесто из шприцевального мешка отсаживают в виде небольших булочек на смазанный маслом лист. С выпеченных и остывших изделий острым ножом надо срезать верхушку и из шприцевального мешка заполнить хорошо взбитым сливочным кремом (643), накрыть срезанной верхушкой и посыпать сахарной пудрой.

878. КОЛЬЦА ЗАВАРНЫЕ

1 стакан воды, 375 г муки, 1 стакан топленого масла, 10 яиц, немного соли, 100 г сахара.

Приготовленное заварное тесто шприцевальным мешком отсаживают на лист в виде овальных колец величиной 10 Х 6 см. Выпекать в хорошем жару. Выпеченные изделия посыпать сахарной пудрой.

879. ПИРОЖНОЕ ВОЗДУШНОЕ С ЗЕМЛЯНИКОЙ

½ стакана воды, 100 г масла, 140 г муки, 5 яиц, щепотка соли.

Для ванильного крема: 0,5 литра молока, 2 желтка, палочки ванили, 120 г сахара, 2 ст. ложки муки, 100 г масла, 1 лимон, 500 г земляники.

Из продуктов, указанных в первой части рецептуры, приготовить заварное тесто. Ложкой или шприцевальным мешком отсадить на лист круглые пирожные и выпечь их. Когда изделия остынут, разрезать их пополам.

Отдельно вскипятить молоко с сахаром и ванилью, затем заварить им поджаренную на масле муку. Продолжать нагревать и хорошо перемешивать до образования густой массы. Затем снять с огня и растирать массу, постепенно добавляя в нее по 1 желтку, до образования пышной массы. Под конец добавить лимонную цедру и сок. Этим кремом заполнить пирожные, сверху отделать земляникой и посыпать сахарной пудрой.

Ниже приводится рецептура для некоторых изделий. Тесто приготовляется по указанному выше способу и формуется на листе в виде разных пирожных. Выпеченные изделия заполняют сливочным (912), ванильным (908) или каким-либо другим кремом.

880. ИЗДЕЛИЯ ИЗ ЗАВАРНОГО ТЕСТА

I р е ц е п т: 2/3 стакана воды, ¾ стакана топленого масла, 225 г муки, 6 яиц, немного соли.

Д л я п о с ы п к и: 25 г сахарной пудры, 50 г сладкого миндаля.

II р е ц е п т: 1 стакан воды, 1 стакан топленого масла, 300 г муки, 6 яиц, 50 г сахара в тесто, лимонная цедра и 30 г сахарной пудры.

III р е ц е п т: 1 стакан воды, 100 г масла, 300 г муки, 6—8 яиц, ваниль.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ БИСКВИТНОГО ТЕСТА

Бисквитное тесто употребляется для всевозможных тортов (кроме рассыпчатых и слоеных), пирожных и рулетов. Это тесто приготовляется в основном из яиц, сахара, муки в следующей пропорции: на 1 яйцо — 30 г сахара, 25 г муки. В качестве добавлений кладут разные пряности, фрукты, орехи, миндаль, лимонный сок, кофе, какао. Название изделие чаще всего получает по основной добавке, как, например, хлебный, пряный, кофейный, какаовый и ореховый торты.

Мука употребляется пшеничная, а для получения более сухого, рассыпчатого изделия ее смешивают с таким же количеством картофельного крахмала. Вместо муки можно использовать манную крупу, а также белые и черные сухари.

Сахар желательно употреблять в виде пудры или же мелкий кристаллический, так как при этом получаются более пышные изделия. При употреблении крупного кристаллического сахарного песка изделие, наоборот, получается в крупинках, ломкое.

Яйца должны быть очень свежие, так как желток старых яиц нельзя отделить от белка и последний не взбивается.

Бисквитное тесто приготовляется без разрыхляющих порошков и дрожжей. Оно поднимается на яйцах.

При растирании желтков и взбивании белков, а также при взбивании яиц горячим способом в тесто попадает много воздуха, который под действием высокой температуры при выпечке изделия разрыхляет его.

Для изготовления бисквитного теста пользуются двумя способами: холодным и горячим.

При приготовлении теста х о л о д н ы м с п о с о б о м очень важно тщательно отделить белок от желтка. Деревянной ложкой желтки растирают с сахаром до увеличения их объема приблизительно в 3 раза. При слишком долгом растирании желтков из них испаряется много воды и изделие получается твердым.

Белки (не взбитые) надо держать в холодном месте. Взбивают их веничком, вилкой, спиралью или специальной машинкой. Белки взбивают сначала медленно, а затем все более ускоряют темп. Хорошо взбитые белки становятся белого цвета, блестящими, упругими, их объем увеличивается в 4—5 раз, а пена пристает к веничку. Хорошо взбитые белки не выпадают из опрокинутой посуды. В недостаточно взбитых белках образуются крупные пузырьки воздуха, которые лопаются при размешивании

теста, вследствие чего выпеченное изделие получается опавшим. В чрезмерно взбитых белках стенки воздушных пузырьков очень тонкие и лопаются при выпечке, так что и в этом случае изделие опадает.

Белки вводят в растертые желтки вместе с мукой или другими добавками. Еще лучше добавлять белки постепенно, осторожно перемешивая массу.

Можно также иначе приготовить бисквитное тесто холодным способом. Желтки растирают с частью (приблизительно ¾ указанного в рецептуре) сахара. Когда кончает топиться печь, взбивают белки. Продолжая взбивание, добавляют остальной сахар (пудру). Белки с сахаром легче взбиваются, и их объем увеличивается в 4—5 раз. Затем белки с мукой (если указано, то и крахмал) постепенно вводят в желтки и перемешивают с ними. Приготовленное таким способом тесто может некоторое время постоять. Кроме того, при выпечке оно не боится сотрясения — не опадает.

Тесто выливают в форму, выстланную пергаментной бумагой, смазанной маслом и посыпанной мукой или белыми сухарями. Выпекать надо в умеренном жару.

Бисквитное тесто из	6- 8	яиц выпекается	за	20 минут
" " "	8-12	" " "		30 "
" " "	12-15	" " "		40 "
" " "	15-20	" " "		50 "

Г о р я ч и м с п о с о б о м чаще всего приготовляют жирные бисквиты, а также тесто при употреблении меланжа вместо яиц. Яйца (или меланж) с сахаром взбивают веничком, поставив посуду в горячую воду. Когда масса согреется приблизительно до 50°, посуду вынимают из миски с горячей водой и взбивают массу до тех пор, пока она не остынет приблизительно до 20°. Затем посуду снова ставят в миску с горячей водой и продолжают взбивать. Это повторяют несколько раз. Для взбивания белков и растирания желтков нельзя пользоваться алюминиевой посудой, так как готовые изделия получаются темного цвета. Когда масса увеличится в объеме в 2—3 раза и станет пышной, в нее вводят все остальные добавки, вымешивают, а затем выпекают.

В течение первых 10—15 минут изделие, поставленное в печь, нельзя трогать, так как от малейшего сотрясения пузырьки воздуха лопаются и изделие становится твердым.

Готовность изделия определяют, воткнув в него лучинку. Если вынутая лучинка осталась сухой, то изделие считается выпеченным. При нажимании пальцем хорошо выпеченное изделие сразу принимает прежний вид. Если же остается

углубление, то изделие еще не выпеклось.

Вынутому из печи изделию следует дать остыть в форме. Затем проводят ножом по краям формы и изделие выкладывают на доску.

Подгоревшие места бисквита зачищают ножом или стирают теркой. Крошки используют для посыпки поверхности торта и его боков.

881. ТОРТ БИСКВИТНЫЙ ОБЫКНОВЕННЫЙ

10 яиц, 300 г сахара, 50 г картофельного крахмала, 100 г пшеничной муки, лимонная или апельсиновая цедра или же ванильный сахар.

Белки тщательно отделить от желтков. Растирать последние с сахаром деревянной ложкой до образования пышной массы и увеличении объема в 2—3 раза. На это время белки следует поставить в холодное помещение и взбить их только перед выпечкой. В растертые желтки прежде всего положить пряности, затем ввести взбитые белки, постепенно досыпая муку, смешанную с крахмалом. Осторожно перемешать тесто, чтобы не смялись взбитые белки. Разлить тесто в 2 подготовленные формы для торта, разровнять поверхность и выпекать 30 минут в умеренном жару.

Тесто можно также приготовить горячим способом, как указано выше.

Этот бисквит можно комбинировать с хлебным, пряным, кофейным и другими бисквитами темного цвета.

882. ПИРОЖНОЕ БИСКВИТНОЕ

10 яиц, 300 г сахара, 50 г картофельного крахмала, 100 г пшеничной муки, цедра от 2 лимонов или апельсинов, сок от 1 лимона.

Тесто приготовить так же, как указано для бисквита обыкновенного (881). Выпечь его на противне.

Когда бисквит остынет, разрезать его ниткой или ножом на 2 пласта. Один из пластов покрыть кофейным (913) или яичным (915) кремом или же ягодным мармеладом. Особенно хорошо пирожное с мармеладом из смородины. Сложить оба пласта, намазать сверху кремом и разрезать на пирожные любой величины. Сверху отделать тем же самым светлым кремом или кремом, окрашенным какао.

883. ПИРОЖНОЕ БИСКВИТНОЕ С МАННОЙ КРУПОЙ

10 яиц, 250 г сахара, 190 г манной крупы, 1 лимон, 1 пакетик ананасового или другого желе.

Тесто приготовить так же, как указано для бисквита обыкновенного (881), но вместо муки положить манную крупу. Вылить на противень и выпекать 30—40 минут в умеренном жару.

Бисквит опрокинуть из формы на салфетку и дать ему остыть. Затем разрезать его на прямоугольные пирожные размером 10 X 15 см. Шприцевальным мешком отделать их по краям масляным кремом, а на середину налить начинающее застывать желе (желтого или красного цвета). Желе приготовляется согласно рецептуре, указанной на упаковке.

884. ТОРТ ЛИМОННЫЙ

12 яиц, 2 лимона, 250 г сахара, 170 г крахмала.

Яичные желтки растереть с сахаром. Перед выпечкой добавить в массу цедру и лимонный сок. Продолжать растирать еще 5—10 минут, затем ввести взбитые белки и крахмал.

Выпекать желательно в двух формах (можно и в одной) 25—30 минут в умеренном жару.

Остывший бисквит разрезать по горизонтали на 2 пласта и комбинировать их с хлебным или пряным бисквитом, прослаивая жирным кремом (909). Сверху покрыть шоколадной глазурью.

885. ТОРТ ХЛЕБНЫЙ

12 яиц, 400 г сахара, 1 стакан черных хлебных сухарей, 3 ст. ложки молока или сливок, 40 г картофельного крахмала, 5 г какао, 1 чайная ложка молотых пряностей (корицы, гвоздики, кардамона), 70 г орехов или сладкого миндаля.

Желтки растереть с сахаром, добавить в них пряности и половину черных сухарей. Сухари предварительно нужно смочить молоком или сливками так, чтобы получилась рассыпчатая масса. Затем ввести взбитые белки, добавить остальные сухари, крахмал, орехи и какао. Осторожно перемешать, вылить в одну или две формы для торта и выпекать в умеренном жару 40—50 минут. Дать остыть в форме. Затем разрезать по горизонтали на пласты толщиной 1—1,5 см и комбинировать с лимонным, сливочным, заварным и другими светлыми бисквитами.

886. ТОРТ ПРЯНЫЙ

9 желтков, 11 белков, 300 г сахара, 65 г картофельного крахмала, ¾ стакана черных хлебных сухарей, 50 г сладкого миндаля, 50 г шоколада, 5 г душистого перца, 5 г гвоздики, 3 г корицы, 2 ст. ложки сметаны.

Хлебные сухари полить сметаной, чтобы они отсырели и размякли. Желтки растереть с сахаром, добавить в них молотые пряности и растертый или растопленный шоколад. Перед выпечкой взбить белки и ввести их в желтки вместе с хлебными сухарями и крахмалом. Перемешать, затем вылить тесто в 2 формы для торта и выпекать 30 минут.

Этот бисквит можно комбинировать со сметанным, обыкновенным. заварным, ореховым и другими светлыми бисквитами.

887. РУЛЕТ БИСКВИТНЫЙ

10 желтков, 10—12 белков, 300 г сахара, 100 г пшеничной муки, 50 г картофельного крахмала, 20 капель ананасовой эссенции, 300 г фруктового повидла.

Тесто приготовить так же, как указано для бисквита обыкновенного. Вылить на выстланный пергаментной бумагой противень, причем слой теста должен быть не толще 7 мм. Выпекать 30—40 минут в умеренном жару. Теплый бисквит выложить (опрокинув форму) на салфетку, нижнюю часть полить теплым сиропом, приправленным ананасовой эссенцией, затем покрыть поверхность фруктовым повидлом и, придерживая подложенной салфеткой, осторожно свернуть бисквит в виде рулета. Сверху обсыпать сахарной пудрой или же смазать белком или невареной шоколадной глазурью. Затем рулет следует обсушить. При подаче к столу разрезать на ломтики толщиной 1 см.

Если толщина выпеченного изделия окажется более 1 см, то прежде чем смазывать повидлом его следует разрезать ниткой или длинным тонким ножом на два слоя, а затем сворачивать каждый в отдельности.

Для рулета можно употреблять любое бисквитное тесто, заменив в нем часть муки или сухарей крахмалом. От добавления крахмала бисквит получается более эластичным и лучше сворачивается.

888. ТОРТ ШОКОЛАДНЫЙ

400 г сахара, 18 яиц, 150 г тертого шоколада, ½ стакана черных хлебных сухарей, 1 стакан белых сухарей, 100 г сладкого миндаля.

Желтки растереть с сахаром. Миндаль пропустить через мясорубку или порубить и смешать с черными и белыми сухарями. Перед выпечкой взбить белки, сухари смешать с натертым шоколадом и вместе с белками положить в желтки.

Выпекать 40 минут в умеренном жару.

Выпеченный шоколадный торт разрезают по горизонтали на пласты и прослаивают сливочным кремом (912) или масляным кремом (910). Торт этот можно комбинировать со светлыми жирными бисквитами или с тортами из рассыпчатого теста.

889. ТОРТ ОРЕХОВЫЙ (1-й способ)

16 белков, 400 г сахара, 500 г обыкновенных орехов (со скорлупой) , 2—3 ст. ложки белых сухарей.

Вылущить орехи, подсушить их, затем потереть между ладонями, чтобы осыпалась коричневая пленка. Затем растолочь орехи в ступке, пока из них не выступит масло. Торт вкуснее, если употребляют два сорта орехов — обыкновенные и грецкие.

Белки взбить с сахаром, поставив посуду в миску с горячей водой. Когда масса согреется, вынуть посуду из воды и продолжать взбивать, пока масса не остынет. Тогда посуду снова ставят в горячую воду и продолжают взбивать. Так повторяют несколько раз. Когда белки увеличатся в объеме в 2—3 раза, дать им остыть. Затем положить в них растолченные орехи и белые сухари. Приготовленное тесто разлить в 2—3 формы для торта одинаковой величины. Выпекать в легком жару 50—60 минут.

Прослоить можно повидлом или жирным кремом, или сливочным кремом (912). Этот торт можно комбинировать с бисквитами темного цвета и тортами из жирного теста.

890. ТОРТ ОРЕХОВЫЙ (2-й способ)

8 желтков, 10 белков, 200 г грецких и обыкновенных орехов, 300 г сахара, ½ стакана белых сухарей.

Желтки растереть с сахаром. Орехи вылущить, подсушить затем потереть между ладонями, чтобы осыпалась коричневая пленка (можно употреблять орехи одного вида, однако торт получается вкуснее с орехами двух видов). Затем растолочь орехи в ступке, пока из них не выступит масло.

Перед выпечкой взбить белки и вместе с орехами и белыми сухарями ввести в желтки. Осторожно перемешать и разлить тесто в формы для торта. Выпекать 30 минут в умеренном жару.

Этот торт можно комбинировать с пряным, сметанным, маковым, заварным и другими бисквитами. Прослоить сливочным кремом (912) или кремом с крахмалом (919).

891. ТОРТ АПЕЛЬСИННЫЙ

300 г сахара, 2 апельсина, ½ стакана воды, 10 желтков, 7 белков, 50 г муки, 1 ст. ложка белых сухарей, 100 г миндаля.

Апельсины отварить в воде, чтобы они стал и мягкими. Затем снять корку. Апельсины протереть через сито, а корку пропустить через мясорубку. Добавить 100 г сахара и ½ стакана воды. Варить, помешивая, около 30 минут (до сгустения массы). Снять с огня, выложить массу в миску и растирать деревянной ложкой, постепенно добавляя по одному желтку и по ложке сахара, пока не будут вложены все указанные продукты и масса станет пышной. Кончая растирать, ввести взбитые белки, муку, сухари и порубленный миндаль. Осторожно перемешать, выложить в форму и выпекать около 40 минут.

Апельсинный торт можно комбинировать с кофейным, какаовым, хлебным и другими бисквитами темного цвета.

Для прослойки употребляют ванильный (908), масляный (910) или яичный (915) крем.

892. ТОРТ КАКАОВЫЙ

10 яиц, 140 г масла, 200 г сахара, 50 г какао, 50 г миндаля, 150 г муки.

Масло растирать, пока оно не станет рыхлым. Затем добавить один желток, 1 столовую ложку сахара и растирать около 10 минут. Продолжать таким образом до тех пор, пока не будут положены все желтки. Масса должна стать пышной, а ее объем должен увеличиться в 2—3 раза. Перед выпечкой добавить молотый миндаль, какао и взбитые белки, пересыпая их мукой. Осторожно перемешать, вылить тесто в форму и выпекать 30—40 минут.

Какаовый торт можно комбинировать с лимонным, апельсинным, обыкновенным бисквитным и сметанным тортами.

893. ТОРТ СМЕТАННЫЙ

3 стакана хорошей сметаны, 250 г сахара, 12 яиц. 1 пакетик ванильного сахара, 1—1½ стакана муки.

Желтки растереть с сахаром. Сметану хорошо взбить и смешать с желтками. Перед выпечкой взбить белки в холодном помещении и, пересыпая мукой, ввести их в желтки. Осторожно перемешать, тесто выложить в форму для торта и выпекать в умеренном жару 30—40 минут.

Этот бисквит можно комбинировать с маковым, шоколадным, какаовым и другими бисквитами темного цвета, прослаивая ананасовым (918) или жирным (909) кремом.

894. ТОРТ ЯБЛОЧНЫЙ

1,5 кг свежих яблок, 6 яиц, 250 г сахара, 250 г муки, 25 капель лимонной эссенции или ванили, ½ пакетика разрыхляющего порошка.

Яблоки очистить и удалить сердцевину. Разрезать яблоки на кружки толщиной 2—3 мм. Форму для торта выстлать пергаментной бумагой, смазать жиром и посыпать белыми сухарями. Яблоки положить в форму в 3—4 ряда.

Из яиц, муки, сахара и лимонной эссенции приготовить обыкновенное бисквитное тесто (881). Так как для этого торта употребляется больше муки, а тесто должно быть пышным, в него следует добавить разрыхляющий порошок.

Приготовленное тесто выливают на яблоки и выпекают в умеренном жару 1—1½ часа.

Вынутому из печи изделию дать остыть в форме, затем опрокинуть форму с тортом на дощечку или на подставку (чтобы яблоки оказались сверху) и обсыпать сахарной пудрой. Торт подают к кофе или к чаю.

895. ТОРТ МИНДАЛЬНЫЙ

300 г сладкого миндаля, 300 г сахара, 300 г масла, 120 г муки, 10 яиц.

Масло хорошо растереть. Отдельно тщательно растереть желтки с сахаром. Когда в них исчезнут крупинки сахара, добавить масло и еще немного растереть. Затем добавить молотый миндаль, смешанный с мукой, и взбитые белки. Осторожно перемешать, разлить тесто в 2 формы и выпекать в хорошем жару 30—40 минут.

Миндальный торт можно комбинировать с кофейным, какаовым, хлебным, маковым и другими бисквитами темного цвета.

Прослоить сливочным (912) кремом или кремом с крахмалом (919).

896. ТОРТ ИЗ ФАСОЛИ

9 желтков, 10 белков, ¾ стакана вареной фасоли, 250 г сахара, ½ стакана белых сухарей, 50 г картофельного крахмала, 2 ст. ложки сметаны. Миндальные капли в сироп для пропитывания выпеченного бисквита.

Белую фасоль сварить и 2 раза пропустить через мясорубку.

Желтки растереть с сахаром до получения однородной массы. Добавить сметану и фасоль и снова растереть.

Перед выпечкой взбить белки и вместе с белым и сухарями и картофельным крахмалом ввести их в подготовленные желтки, осторожно перемешать. Выпекать в 2 формах для торта около часа в более сильном жару, чем для обыкновенного бисквита.

Этот бисквит, если он затем хорошо смочен сиропом с миндальными каплями, по вкусу очень похож на миндальный бисквит.

Бисквит из фасоли можно комбинировать с кофейным, какаовым, хлебным и другими бисквитами темного цвета.

897. ТОРТ ОСОБЫЙ

10 желтков, 14 белков, 400 г масла, 400 г сахара, 400 г муки, 1 пакетик ванильного сахара, 2—3 стакана молока или сливок.

Масло растереть добела. Добавить в него один желток, всыпать ложку муки, сахара и растирать 10 минут, затем добавить второе яйцо, снова всыпать по ложке муки и сахара и растирать столько же минут. Продолжать так до тех пор, пока не будут положены все указанные продукты. Под конец влить сливки, добавить ванильный сахар и взбитые белки. Осторожно перемешать. Тесто разлить в 6—7 форм и выпечь тонкие лепешки.

Когда лепешки остынут, смочить их белым вином или обыкновенным сиропом и прослоить торт ванильным кремом или джемом.

898. ТОРТ ИЗ РЖАНОЙ МУКИ

8 яиц, 200 г сахара, 1 стакан ржаной муки, ½ чайной ложки корицы, μ чайной ложки гвоздики.

Ржаную муку грубого помола просеять и, помешивая, поджарить на сковороде до пожелтения. Затем приготовить тесто так же, как указано для обыкновенного бисквитного торта.

Бисквит из ржаной муки можно использовать для приготовления пирожных или торта. Его можно комбинировать с лимонным или обыкновенным бисквитом.

Для прослойки употребляется ананасовый (918) или какаовый (915) крем.

899. ТОРТ КОФЕЙНЫЙ (1-й способ)

6 желтков, 7 белков, 70 г масла, 140 г сахара, 150 г сладкого миндаля, 25 г пшеничной муки, 1 ст. ложка белых сухарей.

50 г натурального кофе, 50 г сахара, 1 рюмка крупника.

Кофейный торт приготовляют горячим способом, взбивая желтки с белками и сахаром в посуде, поставленной в миску с горячей водой, как указано выше. Когда взбитые яйца остынут, добавить в них растопленное масло, молотый миндаль и сухари с мукой. Осторожно перемешать, тесто вылить в форму и выпекать 30 минут в умеренном жару.

Тем временем заварить кофе в 1½ стаканах кипятка, хорошо накрыть кастрюлю и поставить на огонь (но не дать закипеть) на 10—15 минут. Затем кофе процедить через густое сито. Накрыть кастрюлю. охладить, смешать кофе с крупником и добавить сахар. Этим сиропом хорошо пропитать бисквит, разрезанный на пласты, и прослоить кофейным кремом (913).

900. ТОРТ КОФЕЙНЫЙ (2-й способ)

12 желтков, 12 белков, 300 г сахара, 300 г мука, ваниль.

Приготовить тесто так же, как указано для обыкновенного бисквита, и выпечь из него 6 лепешек. Когда они остынут, прослоить их кофейным кремом с яйцами (914), сверху и с боков смазать тем же кремом и посыпать крошками или украсить вафлями.

901. ТОРТ ЗАВАРНОЙ

8 яиц, 150 г сахара, 100 г масла, 150 г муки, 1½ ст. ложки белых сухарей, 75 г сладкого миндаля или орехов, сок от ½ лимона, ванильный сахар.

Яйца с сахаром взбить горячим способом, как указано в начале раздела "Изделия из бисквитного теста".

Перед выпечкой в желтки добавить лимонный сок, молотый миндаль и растопленное масло. Затем осторожно ввести взбитые белки, пересыпая их сухарями и мукой. Перемешать и выпекать 45—50 минут в более сильном жару, чем для обыкновенного бисквита. Дать остыть в форме, затем опрокинуть на салфетку и смочить сиропом (922).

Этот бисквит лучше всего комбинировать с маковым бисквитом и прослоить сливочным кремом (912).

902. ТОРТ МАКОВЫЙ

150 г мака, 225 г сахара, 8 яиц, 75 г сладкого миндаля или орехов, 1½ ст. ложки белых сухарей, 1 ст. ложка картофельного крахмала, 1 ст. ложка растопленного масла, ванильный сахар или корица.

Мак ошпарить кипятком, осушить и пропустить 2—3 раза через мясорубку.

Желтки растереть с сахаром добела, добавить подготовленный мак, молотый миндаль или орехи, все пряности и размешать. Перед выпечкой полить сухари растопленным маслом, чтобы они набухли. Затем взбить белки и перемешать их с приготовленной массой, пересыпая крахмалом и сухарями. Перемешать, выпекать в одной форме 40—50 минут в более сильном жару, чем для обыкновенного бисквита.

Дать бисквиту остыть в форме, выложить его на тарелку, разрезать на 3 слоя и, комбинируя с заварным бисквитом, прослоить сливочным кремом (912).

903. ТОРТ «МАРГАРИТКА»

Для основания: 1200 г муки, 8 ст. ложек сметаны, 750 г масла, 1 чайна я ложка соли.

Для верха: 12 яиц, 250 г сахара, 170 г картофельного крахмала, 2 лимона, 500 г ягодного джема для прослойки.

Для крема: 400 г сахара, 500 г масла, 50 г муки, 2 стакана воды или молока, 1 палочка ванили.

Тесто для основания приготовить так же, как для торта «Наполеон: (876). Разделить тесто на 3 части и выпечь 3 квадратные лепешки одинаковой величины (45Х45 см).

Отдельно приготовите обыкновенный крем (906) прослоить им выпеченные лепешки и положить их друг на друга.

По указанной рецептуре выпечь лимонный бисквит (884) в форме для торта, размером не менее 35Х40 см. Дать бисквиту остыть разрезать его по горизонтали на 2—3 пласта и прослоить их ягодным джемом. Лист бумаги такого же размера, как пласт выпеченного лимонного бисквита, сложить в 8 раз и края обрезать в форме маргаритки. Положить бумагу на поверхность лимонного бисквита и аккуратно, по бумажной форме, обрезать его края. Потом бисквит осторожно перенести на основание торта и положить в самом центре. Затем основание сверху и с боков, а лимонный бисквит с боков покрыть темным кремом, окрашенным какао; лимонный бисквит сверху покрыть тем же кремом, но окрашенным желтками в желтый цвет. В центре маргаритки шприцевальным мешком сделать круг диаметром 12—13 см и украсить его цепочками, а края украсить бахромой (шприцем). Все украшения на маргаритке сделать из светлого крема, которым она отделана сверху. Из того же крема на основании по всем четырем углам шприцевальным мешком сделать по одному большому и по два меньших листка; такими же маленькими листиками украсить края основания. Поверхность основания украшают по краям бахромой из светлого крема.

904. ТОРТ РЕЛЬЕФНЫЙ «ТЮЛЬПАН»

Для макового бисквита: 300 г мака, 450 г сахара, 16 яиц, 150 г сладкого миндаля, 3 ст. ложки белых сухарей, 2 ст. ложки картофельного крахмала, 2 ст. ложки растопленного масла, ваниль.

Для заварного бисквита: 16 яиц, 300 г сахара, 200 г масла, 300 г муки, 3 ст. ложки белых сухарей, 150 г сладкого миндаля, сок от 1 лимона, ванильный сахар.

Крем из сливок для прослойки:

2 стакана молока или сливок, 450 г сахара, ванильный сахар. Приготовляется так же, как указано в № 912.

Обыкновенный крем для смазки и отделки верха: 200 г сахара, 250 г масла, 1½ ст. ложки муки, 1 стакан воды, эссенция. Приготовляется так же, как указано в № 906.

Маковый (902) и заварной (901) бисквиты выпечь в круглых формах для торта. Дать остыть, затем разрезать каждый бисквит по горизонтали на 2 пласта.

Основание для тюльпана сделать из двух пластов макового и одного пласта заварного бисквита, прослаивая их кремом из сливок. Из второго пласта заварного бисквита вырезать красивый тюльпан и два листа.

Положить их на основание так, чтобы концы лепестков и листьев получились более толстыми.

Поверхность основания намазать темным какаовым кремом, тюльпан — желтым кремом, а листья отделать светлым какаовым кремом (шприцевальным мешком).

Около лепестков на светлом фоне сделать несколько тычинок со светлыми стебельками и темными головками. Торт по краям оклеить крошками.

905. ПИРОЖНОЕ ВОЗДУШНОЕ «БЕЗЕ»

4 белка, 300 г сахарной пудры, ванильный сахар.

Белки свежих яиц тщательно отделить от желтков и охладить. Положить белки в миску и взбивать сначала слабо, а затем все сильнее, пока их объем не увеличится в 3—4 раза. Затем всыпать сахарную пудру, ванильный сахар и продолжать взбивать до образования крепкой пены (объем должен увеличится в 4—5 раз) .

Приготовленную массу шприцевальным мешком или ложкой выложить в виде пирожных различной формы на смазанный жиром лист. Выпекать в легком жару, пока не высохнет.

ОТДЕЛКА И УКРАШЕНИЕ ТОРТОВ

Выпеченный для торта бисквит ниткой или острым ножом разрезают по горизонтали на пласты толщиной 1,5—2 см. Чем тоньше пласты, тем вкуснее торт.

Бисквиты обычно бывают довольно сухие; поэтому перед приготовлением торта их надо смочить сахарным сиропом, приготовленным из ½ стакана воды, 50 г сахара и араковых или ромовых капель. Бисквиты можно также смочить вином, но если такой торт стоит некоторое время, то он становится кислым. Для смачивания хлебного и пряного тортов особенно хорош фруктовый сок. Верхний слой бисквита не смачивают, так как это затрудняет смазывание кремом, а глазурь отскакивает.

Смоченное изделие оставляют на 24 часа в прохладном помещении, чтобы влага равномерно распределилась.

При приготовлении торта каждый пласт смазывают кремом. Для обыкновенных нежирных бисквитов лучше всего подходят жирные кремы. Жирные бисквиты лучше прослаивать джемом, повидлом, мармеладом, сливочным кремом. Промазанные пласты бисквита накладывают друг на друга, слегка придавливают и оставляют на пару часов. Затем их края аккуратно зачищают, сверху и с боков торт покрывают кремом или глазурью (желательно два раза), боковые стороны обсыпают крошками из того же теста.

Для украшения тортов сверху употребляют крем, крошки, цукаты. фрукты и варенье.

Бисквитный торт желательно делать из двух сортов теста — темного и светлого, так как тогда он бывает вкуснее и красивее. Очень хороши следующие комбинации: хлебный бисквит с лимонным, какаовый с обыкновенным бисквитом, маковый с заварным, кофейный с апельсинным и т. д.

КРЕМЫ И МАССЫ ДЛЯ ПРОСЛОЙКИ ТОРТОВ

906. КРЕМ ОБЫКНОВЕННЫЙ

400 г сахара, 500 г масла, 3 ст. ложки (не с верхом) муки, 2 стакана воды, эссенция.

Вскипятить 1½ стакана воды с сахаром и ванилью, заварить этим сиропом разведенную остальной водой муку, налить все обратно в кастрюлю, варить до загустения.

Масло растереть добела. Охлажденный сироп понемногу вливать в масло и растирать до образования пышной массы. Чтобы получить крем двух цветов, приготовленную массу следует разделить на две части. В одну часть добавить какао и хорошо растереть.

Для цвета можно добавить жженый сахар или же вместо воды употреблять слабую чайную эссенцию, кофе или клюквенный сок.

Во вторую часть крема добавляют эссенцию по желанию.

907. КРЕМ ИЗ ЯГОДНОГО СОКА

6 белков, 6 ст. ложек густого малинового или земляничного сока.

Поставить посуду с белками в миску с горячей водой. Взбивать белки добела. Затем тонкой струйкой вливать нагретый ягодный сок в белки, не вынимая посуду из горячей воды, и продолжать взбивать до образования густой пены. После охлаждения употреблять крем для прослойки рулетов или жирных тортов.

908. КРЕМ ВАНИЛЬНЫЙ ЗАВАРНОЙ

500 г масла, 130 г муки, 350 г сахара, 1 палочка ванили, неполный стакан молока, 2 желтка.

Масло растопить и дать ему закипеть. Помешивая, всыпать в него муку и некоторое время подогревать. Отдельно вскипятить молоко, добавить в него сахар и подогревать, пока сахар не растворится. Затем влить кипящее молоко в масло, продолжая хорошо растирать. Еще немного подогреть, массу снять с огня и, растирая все время деревянной ложкой, дать ей остыть. Затем добавлять по одному желтку и продолжать растирать до образования пышной массы. Приготовленный крем поставить на холод, чтобы он застыл.

Крем используется для торта «Наполеон», для пирожных из слоеного теста и пр.

909. КРЕМ ЖИРНЫЙ

1 стакан сливок или молока, 2 стакана растопленного масла (без казеина), 2 желтка, 1 стакан сахара, цедра и сок от 1 лимона, 2 чайные ложки картофельного крахмала.

Сливки вскипятить, добавить в них масло и снова дать закипеть.

Желтки растереть с сахаром, вложить лимонную цедру и картофельный крахмал. Кипящими сливками заварить желтки, влить обратно в кастрюлю и, помешивая, нагревать, пока масса не станет такой густой, как хорошая сметана. Снять с огня, влить лимонный сок и продолжать растирать на холоду, пока масса полностью застынет. Крем для отделки можно подкрасить какао или клюквенным соком.

910. КРЕМ МАСЛЯНЫЙ

400 г сахара, 500 г масла, 3 стакана молока, ванильная эссенция и немного коньяка.

Масло растереть в пышную массу. Молоко с сахаром варить в кастрюле помешивая, до тех пор, пока оно не станет таким густым, как сгущенное молоко. Затем молоко охладить и постепенно класть в растертое масло, продолжая растирать, пока не получится пышная масса. Под конец влить коньяк и ванильную эссенцию.

911. КРЕМ ШОКОЛАДНЫЙ

100 г шоколада, 2 ст. ложки масла, 3 ст. ложки сахара, 3 ст. ложки сливок.

Натертый шоколад положить в кастрюльку вместе с маслом, сахаром и сливками. Варить 5—10 минут, все время помешивая, чтобы масса не подгорела. Прослоить торт еще теплой массой. Этим кремом можно также смазать торт сверху.

912. КРЕМ СЛИВОЧНЫЙ (КАЙМАК)

I с п о с о б: 1 стакан сливок или молока, 225 г сахара, 1 палочка ванили.

II с п о с о б: 1½ стакана сливок, 400 г сахара. 100 г масла, 1 палочка ванили.

Все указанные в 1 рецептуре продукты положить в кастрюльку и варить, все время мешая деревянной ложкой, пока масса не станет такой густой, как хорошая сметана. Затем охладить и очень хорошо растирать до образования пышной массы. Если крем слишком густой, в него можно добавить немного сливок.

При приготовлении крема по II рецептуре все делают так же, но растертое масло кладут под конец растирания сваренной и охлажденной массы.

913. КРЕМ КОФЕЙНЫЙ

600 г масла, 400 г сахара, 2/3 стакана крепкого черного кофе (для его приготовления берут 50 г натурального кофе), 50 г какаового масла.

Стаканом кипятка залить кофе. Хорошо накрыв кастрюльку, подогревать кофе еще 10—15 минут, но не дать закипеть. Затем процедить. В 2/3 стакана кофе всыпать сахар, варить до загустения и охладить.

Масло растереть в миске до образования пышной массы. Затем, не переставая растирать, постепенно вливать охлажденное кофе, приготовленное вышеуказанным способом.

Под конец добавить растопленное какаовое масло и продолжить растирать, чтобы образовалась однородная масса. Вынести на холод и дать застыть.

Этот крем можно использовать для прослойки торта или для отделки (при помощи шприцевального мешка) поверхности тортов и пирожных.

В случае отсутствия какаового масла следует варить кофе с сахаром более продолжительное время, чтобы сироп получился почти такой густоты, как глазурь. Кроме того, в этот крем можно добавить чайную ложку картофельного крахмала. Крахмал следует предварительно развести холодным кофе, а потом заварить сиропом из кофе с сахаром.

914. КРЕМ КОФЕЙНЫЙ С ЯЙЦАМИ

3 желтка, 250 г сахара, 1 стакан крепкого кофе, 200 г масла.

Желтки с сахаром растереть добела. Не переставая растирать, разбавить их кофе, влить в кастрюльку и, помешивая, подогревать на слабом огне до загустения массы. Снятую с огня массу взбивать до тех пор, пока она полностью остынет. Затем смешать яичную массу с растертым добела маслом и продолжать растирать. Крем вынести на холод, чтобы он застыл.

915. КРЕМ ЯИЧНЫЙ, ИЛИ КАКАОВЫЙ (1-й способ)

4 яйца, 300—400 г сахарной пудры, 350—400 г масла, ванильный сахар, 50 г какао.

Яйца с сахарной пудрой взбить, поставив посуду в миску с горячей водой. Когда масса согреется приблизительно до 50°, вынуть посуду из воды и продолжать взбивать, пока масса не остынет до 20°. Повторить это еще 2—3 раза. Когда масса станет густой и увеличится в объеме, охладить ее, не переставая взбивать. Затем добавить растертое добела масло (300 г), ванильный сахар и какао, предварительно разогретое с 100 г масла.

Еще немного растереть крем, поставить на холод и дать застыть.

916. КРЕМ ЯИЧНЫЙ (2-й способ)

200 г сахарной пудры, ½ стакана молока, 25 г муки, ½ палочки ванили, 8 яиц.

Вскипятить молоко с ванилью. Желтки растереть с сахарной пудрой и мукой и залить их кипящим молоком. Влить обратно в ту же кастрюлю и подогревать, помешивая, пока масса не станет такой густоты, как хорошая сметана. Под конец взбить белки, ввести их в желтки и, не переставая мешать, еще немного подогреть. Охлажденным кремом прослаивают жирные торты.

Крем можно подкрасить какао.

917. КРЕМ ИЗ ЖЕЛТКОВ

200 г сахара, 8 желтков, ¾ стакана молока, 20 г пшеничной муки, 200 г масла, 1 палочка ванили.

Желтки растереть с сахаром. 50 г масла вскипятить на сковороде, всыпать муку и поджарить до пожелтения. Затем развести муку молоком и нагревать. Когда молоко закипит, залить им растертые с сахаром желтки. Все влить обратно в кастрюлю и, помешивая деревянной ложкой, подогревать до загустения массы. Затем охладить, в остуженную массу положить растертое масло (150 г) и продолжать растирать, чтобы масса хорошо перемешалась. Готовый крем охладить.

Крем можно подкрасить какао.

918. КРЕМ АНАНАСОВЫЙ

1 пачка ананасового желе, 1½ стакана воды, 400 г масла, 150 г сахара, 3 желтка.

По указанной на упаковке рецептуре сварить желе с водой и охладить его. Масло растереть, добавлять в него по одному желтку, по одной ложке сахара и продолжать растирать до образования пышной массы. Положив все желтки, тонкой струйкой вливать в них остывшее желе и тщательно растирать массу в холодном помещении. Влив все желе, продолжать растирать, пока масса не начнет застывать. Затем поставить крем на пару часов на холод, чтобы он застыл. Употреблять для прослойки тортов и пирожных, а также для отделки изделий.

Этот крем в начале застывания можно использовать вместо глазури для покрытия тортов.

919. КРЕМ С КРАХМАЛОМ

1 стакан молока или сливок, 1½ ст. ложки крахмала, ½ палочки ванили, 1 желток, 140 г масла, 100 г сахара.

2/3 стакана молока или сливок вскипятить с ванилью и сахаром. Остальным молоком развести крахмал, влить в вскипяченное, но не кипящее молоко и, помешивая, дать закипеть. Затем снять с огня и растирать крем, пока он не остынет. Тогда положить в него растертое масло, желток и продолжать растирать 10—15 минут, пока крем не станет пышным.

Крем употреблять в охлажденном виде.

920. МАССА ОРЕХОВАЯ

300 г миндаля или орехов, 300 г сахарной пудры, 350 г масла.

Очищенный миндаль или орехи пропустить 2 раза через мясорубку и растереть их с сахарной пудрой. Отдельно растереть масло, положить в него растертые с сахаром орехи и снова растереть. Затем поставить массу на пару часов на холод, чтобы крем застыл, и употреблять его.

Летом, в жаркую погоду, масляные кремы тают и торты принимают некрасивый вид. Приготовляя крем летом, рекомендуется добавлять в него для твердости какаовое масло (50 г). Последнее растопляют и добавляют вначале, когда растирают миндаль с сахаром.

Эта масса пригодна для всех бисквитов темного цвета.

921. МАССА АПЕЛЬСИНОВАЯ

3 апельсина и 1 лимон или 3 лимона и 1 апельсин, 1½ стакана воды, 600 г сахара.

Апельсины и лимоны 3 суток вымачивать в холодной воде. Затем залить свежей водой и варить, пока лимонная и апельсинная корки не размягчатся до такой степени, что их легко можно проколоть соломкой. Вынуть их из воды, завернуть в салфетку и положить под подушку, чтобы они распарились. Остывшие фрукты разрезать пополам, семена удалить. Выскоблить ложечкой мякоть и положить ее в кастрюльку. Корки пропустить через мясорубку и положить в ту же кастрюльку. Залить водой с сахаром и варить, помешивая, до образования густой массы с блестящей поверхностью.

Апельсиновая масса хорошо подходит для прослойки песочных бисквитов и других жирных тортов и пирогов.

922. СИРОП ДЛЯ ПРОПИТЫВАНИЯ

150 г сахара, 20 г коньяка или вина, немного ромовой или другой эссенции, 1—1½ стакана воды.

Вскипятить воду с сахаром, снять пену, охладить до 45—50°. Затем влить вино или коньяк и эссенцию. После охлаждения употреблять для пропитывания тортов.

ГЛАЗУРЬ

923. ГЛАЗУРЬ БЕЛКОВАЯ

1 белок, 200 г сахарной пудры, 1 чайная ложка лимонного сока.

Деревянной ложкой растирать белок с сахарной пудрой, пока не образуется белая пышная масса, а объем увеличится в 2—3 раза. Под конец растирания постепенно влить лимонный сок.

Изделия, покрытые этой глазурью, обязательно надо подсушить в печи, чтобы белок свернулся. Глазурью можно покрывать неостывшие изделия.

924. ГЛАЗУРЬ БЕЛКОВАЯ ВАРЕНАЯ

400 г сахара, 5 белков, ½ стакана воды, сок от 1 лимона или лимонная кислота.

Воду с сахаром кипятить в закрытой посуде до тех пор, пока капля сиропа, налитая в холодную воду, не перестанет расплываться. Добавить тогда столовую ложку лимонного сока и сироп оставить в накрытой кастрюльке на плите, пока не будут приготовлены белки. Последние хорошо взбить в холодном помещении. Затем ввести их в горячий сироп и продолжать взбивать до образования густой массы.

Покрытые этой глазурью изделия надо подсушить в прохладной печи. Глазурью покрывают еще теплые изделия.

925. ГЛАЗУРЬ ВАРЕНАЯ

400 г сахара, ½ стакана воды, сок от 1 лимона или 1 ст. ложка уксуса (3%).

Сахар с водой кипятить в накрытой крышкой кастрюльке до тех пор, пока капля сиропа, налитая в холодную воду, не перестанет расплываться, или когда сироп, оставшийся на обмакнутой в него согнутой проволоке, от дуновения станет образовывать небольшие пузыри. Убедившись в этом, немедленно положить половину кислоты в кастрюльку (лимонный сок надо процедить через тряпочку). Кастрюльку снова накрыть крышкой и поставить в холодную воду, чтобы сироп сразу застыл. Остывший сироп выложить в небольшую миску и деревянной ложкой растирать его до полного побеления. К концу растирания добавить остальную кислоту.

Эта глазурь используется для покрытия холодных изделий и застывает сама по себе, без подсушивания.

926. ГЛАЗУРЬ ШОКОЛАДНАЯ

300 г сахарной пудры, 1½ белка, 100 г шоколада, ½ лимона.

Сахар с белками растереть добела. Затем, не переставая растирать, добавить растопленный шоколад и лимонный сок. Еще немного растереть и покрыть глазурью поверхность изделий.

927. ГЛАЗУРЬ ШОКОЛАДНАЯ ВАРЕНАЯ

250 г сахара, ½ стакана воды, 1 ст. ложка уксуса (3%) или 1 ст. ложка лимонного сока, 100 г тертого шоколада, 25 г какаового или сливочного масла.

Сварить обыкновенную глазурь (925). Охладить ее, затем растереть добела добавить растопленный шоколад и растопленное какаовое или сливочное масло (для блеска).

ДИЕТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ

Питание, назначенное для воздействия на болезненный процесс в организме и содействия выздоровлению, называется л е ч е б н ы м и л и д и е т и ч е с к и м п и т а н и е м. Доказано, что путем правильного подбора продуктов питания, установления их количества и кулинарных методов приготовления можно не только питать больного, но и лечить его или, по крайней мере, предохранить от хронического заболевания.

Как не одинаковы заболевания, так разнообразно и диетическое питание.

Это питание подразделяется по характеру заболевания на группы, которые называются лечебными столами, или диетами, по которым назначаются соответствующие блюда. Каждый стол (диета) обозначается номером. Диеты разработаны в клинике Института лечебного питания Академии медицинских наук СССР, и ими пользуются во всех лечебно-профилактических учреждениях.

Желая пользоваться диетическим питанием дома, следует обратиться к врачу. Надо знать не только свое заболевание, но и номер стола.

Здесь будет перечислено только несколько лечебных столов, которые чаще других могут понадобиться в домашней обстановке. В санаториях и домах отдыха имеется большее количество лечебных столов. Они назначаются по специальным указаниям врача.

В книге указана рецептура, рассчитанная на 1 человека.

ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ №1 (ДИЕТА №1)

Этот лечебный стол назначается при хронических гастритах с повышенной кислотностью, язвенной болезни желудка или двенадцатиперстной кишки и др. Такие больные нуждаются в питании, щадящем желудок от механического и химического раздражения. Значит, пища должна быть нежной, хорошо измельченной, без острых пряностей, без экстрактивных веществ, которыми изобилуют жареное мясо, жареная рыба, жареные овощи или бульоны из этих продуктов.

Наиболее подходящие для стола №1 продукты: булка вчерашней выпечки, молоко, сливки, некислая сметана, свежий протертый творог, свежее масло, яйца, свежая нежирная рыба, тощее мягкое мясо, хорошо разваренная или протертая крупа, мелкие макароны, некоторые овощи с небольшим количеством клетчатки, некислые фрукты и ягоды, компот из протертых некислых фруктов, кисель из сладких фруктов.

При изготовлении этих блюд не полагается ничего жарить, все должно быть только вареное на пару или в воде. Исключаются мясной и рыбный бульоны, так как содержащиеся в них экстрактивные вещества раздражают пищеварительный тракт. Пища приготовляется из продуктов, протертых через сито или пропущенных через мясорубку, без кусочков.

Можно давать слабый чай, чай с молоком, со сливками, бутерброды из булки вчерашней выпечки с маслом и протертым творогом или с вареным молотым свежим мясом, яйцо всмятку или паровой омлет, суп с крупой, суп молочный с хорошо разваренными мелкими макаронами, паровые котлеты из говядины, телятины или курятины. Можно давать и немолотое мясо, отваренное большим куском, например курятину (без кожи), бефстроганов из вареной говядины без пряностей со сметанным соусом, кашу из хорошо сваренной и протертой через сито крупы. Макароны должны быть мелкими, хорошо разваренными.

Можно кушать отваренные и протертые овощи, например морковь, свеклу и другие (кроме капусты) в виде каш и запеканок (с запеканок нужно снять верхнюю корочку), кисель из фруктов и ягод, компот из сладких фруктов и ягод.

Ко вторым блюдам подается белый соус на молоке или некислой сметане.

Блюда подаются не очень горячими и не очень холодными. Соль прибавляется в количестве, указанном для соответствующей диеты.

Кушать рекомендуется 5 раз в день. В случае надобности и по указанию врач а эту диету можно изменить, вводя в нее полужидкие или жидкие блюда или же ограничивая количество углеводов.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 1

8—9 часов. Паровой омлет, булка вчерашней выпечки с маслом, слабый чай с простыми белыми сухарями.

12—13 часов. Отварная рыба с маслом и картофельным пюре, белый хлеб вчерашней выпечки, отвар из плодов шиповника.

16-17 часов. Молочный суп с домашней лапшей или вермишелью, паровые котлеты с картофельным или морковным пюре, компот из протертых некислых фруктов, белый хлеб вчерашней выпечки.

19—20 часов. Манная каша, свежий творог с сахаром, кисель из сладких фруктов.

22 часа. Перед сном стакан молока с простыми белыми сухарями или булочкой вчерашней выпечки.

ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 2 (ДИЕТА № 2)

Лечебный стол № 2 назначается при заболевании хроническим гастритом с пониженной кислотностью, выздоравливающим после диет № 1 и № 4, как переходная ступень к нормальному питанию, а также при плохом разжевывании пищи.

Назначение этого питания — как можно меньше раздражать желудок механически, разрешая, однако, легкое возбуждение химическими раздражителями, входящим и в состав пищи, то есть оставляя более нежные экстрактивные вещества, вызывающие выделение желудочного сока, а в месте с тем и кислоты.

Блюда для лечебного стола № 2 приготовляются измельченными, рублеными, без содержания крупной растительной клетчатки. Выбор продуктов довольно большой, но исключены острые пряности (уксус, перец, лук, помидоры). Жирами пища не изобилует. Молоко употребляется для приготовления пищи, но пить его в большом количестве не рекомендуется. Разрешается употреблять чай, кофе, какао, кефир, простоквашу, творог, сметану, сливки, масло, икру, вымоченную сельдь, яйца всмятку, омлет, разные мясные супы-пюре, овощные рыбные супы-пюре, мясной бульон, молотое и жареное нежирное мясо разных сортов (не посыпая его сухарями, а только обваляв в муке). Употребляются также: разная крупа, только хорошо сваренная или протертая, разные мучные блюда (кроме очень свежей сдобной булки),протертые овощи, вареные или натертые фрукты без кожуры, сахар и сладкие блюда — кисель, мусс, желе и др. К пище можно подавать разные неострые соусы. Следует избегать очень холодной и соленой пищи. Пищу принимать 5 раз в день.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 2

8—9 часов. Омлет (непережаренный), белый хлеб с маслом, чай.

12—13 часов. Котлеты из говядины или телятины с картофельным пюре. Запеканка из мелких макарон. Помидорный сок или отвар из плодов шиповника.

16—17 часов. Бульон с рисом или протертый овощной суп на мясном бульоне, мясные рубленые (без сухарей) битки, морковное и картофельное пюре, компот из протертых фруктов.

19—20 часов. Сырники, ягодный кисель или мусс.

22 часа. Кефир, простая булочка.

ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 3 (ДИЕТА № 3)

При запорах, вызванных несоответствующим питанием, при отсутствии при этом других болезненных явлений, назначается стол № 3. Назначение этой диеты состоит в том, чтобы возбудить перистальтику кишечника с целью его опорожнения. Рекомендуется употреблять в пищу продукты, изобилующие клетчаткой: черный хлеб, продукты из кислого молока (простоквашу, кефир), холодные ягодные супы, винегреты из вареных овощей с растительным маслом, сырые овощи (и квашеную капусту), мед, сахар, другие сахарные изделия, компоты из слив и другие фруктовые компоты, вареное мясо, рассыпчатые каши из гречневой и перловой крупы (протертые каши — манная, рисовая, пшенная — не употребляются). Жирная пища при употреблении вместе с пищей, содержащей большое количество клетчатки, также возбуждает перистальтику кишечника. Соли дается больше нормального (25 г в сутки).

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 3

8—9 часов. Яйца, сваренные вкрутую, винегрет с растительным маслом, простокваша с картофелем или с сахаром, черный хлеб с маслом.

12—13 часов. Вареное мясо с рассыпчатой гречневой кашей, отвар пшеничных отрубей.

16—17 часов. Фруктовый суп, жареное или тушеное мясо с жареным картофелем и с квашеной капустой или с салатом из свежей капусты, пирожное.

19—20 часов. Овощные котлеты, сырые фрукты или ягоды.

22 часа. Стакан вымоченного или отваренного чернослива.

ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 4 (ДИЕТА № 4)

Этот стол назначается больным, страдающим поносом. Цель этой диеты — щадить кишечник от механического, химического и теплового раздражения. Из состава пищевых продуктов и блюд исключается растительная клетчатка. Следует избегать сырых овощей, сладких и соленых блюд, газированных вод и мороженого.

Разрешаются слизистые супы из риса, перловой и манной крупы. Крупу варят в воде и разбавляют мясным бульоном. Мясо или нежирную рыбу следует смолоть и отварить. В мясной и рыбный фарш вместо булки лучше класть отварной рис. Каши варят на воде и протирают, чтобы не оставалось плевел.

Из этой диеты исключается жирная пища. Разрешается только в ограниченном количестве масло. Вместо хлеба употребляют белые сухари. Разрешается свежий протертый творог. Яйца можно употреблять только как составную часть блюд. Из напитков разрешается крепкий чай, ненатуральное кофе без сахара и какао на воде, без молока. Сахар употребляется в небольшом количестве. Разрешается кушать желе, кисель из черники и черной смородины. Пряности исключаются. Соли немного.

При этой диете, вследствие слабого питания, полагается постельный режим. Кроме того, этот стол назначается только на несколько дней, пока больной не сможет перейти на более питательную диету, например № 2 и др.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 4

8—9 часов. Манная каша с маслом (без молока), несладкий чай, белые сухари.

12 =13 часов. Черничный кисель, белые сухари.

16—17 часов. Рисовый или перловый отвар на легком мясном бульоне, мясные фрикадельки (можно с чесноком), манная каша без молока, вишневый кисель.

19—20 часов. Протертая рисовая каша или пудинг, несладкое какао без молока.

22 часа. Стакан кефира.

ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 5 (ДИЕТА № 5)

Лечебный стол № 5 назначается больным с нарушенной функцией печени и желчного пузыря, с необостренным хроническим гастритом и как переходный этап к более разнообразной пище.

Рацион не изобилует жирами, его задача — щадить пищеварительные органы от химического раздражения. Растительная клетчатка не исключается из пищи. Эта диета назначается для восстановления нормального выделения желчи и нормальной функции кишечника. Исключаются мясные и рыбные бульоны, мясные консервы, колбаса, острые, кислые блюда и пряности, грибы, бобы, фасоль, горох, щавель, шпинат, жареные на жиру овощи, кофе, какао.

Разрешаются пшеничный и ржаной хлеб вчерашней выпечки, сладкое и кислое молоко, сметана, сливочное и растительное масло (всего жиров не более 60 г в день), яичный белок и не более одного желтка в день, немясные супы с крупой, макаронами и овощами. Разрешаются блюда из вареной крупы и овощей. Жареные блюда и пассированные овощи исключаются. Мясо можно употреблять нежирное и только вареное. Вареное мясо с овощами, макаронами и крупой может быть использовано для запеканок. При болезнях печени особенно рекомендуется свежий творог (400 г в день). Можно кушать вареные и печеные некислые фрукты (из печеных фруктов можно приготовить запеканки с рисом, макаронами и т. п.). Исключаются сырые кислые яблоки, клюква, красная смородина и крыжовник. Рекомендуются вареная морковь с маслом, некислые помидоры, некислая квашеная капуста, сахар, варенье, компоты, кисель, белые соусы (без уксуса). Пищу принимать 4—5 раз в день, употреблять большое количество жидкости. Избегать очень холодных блюд.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 5

8—9 часов. Овощной винегрет со сметаной, немного вареного нежирного мяса или 20 г хорошо вымоченной селедки, свежий творог, немного масла, хлеб, чай с молоком.

12—13 часов. Вареное мясо с морковным или картофельным пюре, фруктовый сок.

16—17 часов. Овощной суп без мяса, вареная рыба или мясо с отварными овощами и квашеной капустой, компот.

19—20 часов. Макаронная запеканка с творогом, морковные или капустные паровые котлеты, компот.

22 часа. Стакан молока, кефира или киселя, булочка.

ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 7 (ДИЕТА № 7)

Этот стол назначается страдающим болезнями почек; он должен содействовать отделению мочи и щадить почки от раздражения. Та же диета назначается при воспалительных процессах с отеками, мокнущей экземе, туберкулезе кожи. Блюда для стола № 7 приготовляются без соли и без экстрактивных веществ (содержащихся в мясе, рыбе). Совершенно исключаются бульоны и жареное мясо или рыба. Количество жидкости также ограничивается. Белки и углеводы ограничиваются незначительно.

Больному разрешается пить слабый чай, чай с молоком, молоко, кушать бессолевой белый хлеб и разное сладкое печенье (до 400 г в день), сметану, сливки, творог, масло, рафинированное растительное масло, яйца в ограниченном количестве, супы молочные, овощные, фруктовые и с крупой. Можно давать вареное мясо (отварив, можно его и поджарить) в количестве 100 г в день (без костей), разные каши из круп, макарон, овощи, исключая щавель, шпинат, сельдерей и петрушку. Можно кушать фрукты и ягоды, сахар, компот, кисель, варенье. Количество жидкости не должно превышать 1,5—1,7 литра, из них 600—800 г в виде напитков и воды.

Запрещаются: натуральное кофе, какао, сыр, колбасные изделия, икра, консервы, пряности.

Пищу принимать 4 раза в день.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 7

8—9 часов. Овощная икра без соли, творог со сметаной, пшеничный хлеб (в более тяжелых случаях — бессолевой), масло, слабый чай с молоком.

12—13 часов. Запеканки из круп или макарон с фруктами молочные каши из круп, фруктовый сок или свежие фрукты.

16—17 часов. Овощные супы без мяса со сметаной, вареное мясо с картофелем, компот или кисель.

19—20 часов. Овощные котлеты, слабый чай со сладостями.

22 часа. Стакан молока, кефира или простокваши, булочка.

Пищу приготовляют без соли.

ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 7-б (ДИЕТА № 7-б)

Этот стол назначается таким же больным, как и диета № 7, а также отечным больным с острым воспалением почек. Больной должен лежать. Эта диета отличается от диеты № 7 еще большим ограничением белков, поэтому мясо или рыба дается только в количестве 50 г в день. Количество жидкости также не должно превышать 1,5 литра, в том числе 600 г чая, воды, супа.

ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 8 (ДИЕТА № 8)

Лечебное действие стола № 8 заключается в борьбе с ожирением. В пищу употребляют ограниченное количество жиров и углеводов, а также экстрактивных веществ, чтобы меньше возбуждался аппетит. Лучшее самочувствие и заглушение чувства голода достигается назначением малокалорийных продуктов и блюд. В состав пищи обязательно должны входить витамины и ферменты, содействующие повышению обмена веществ и уменьшению запаса жира в организме.

Из рациона исключаются крепкий мясной, рыбный и грибной бульоны, мясные соусы, жареные и, особенно, жирные блюда, разные острые закуски, жирные будки, печенье, конфеты, острые пряности, мучные и сладкие блюда и т. д.

Разрешается употреблять ржаной или пшеничный хлеб крупного помола, отваренное или поджаренное без жира тощее мясо и рыбу, нежирную рассыпчатую гречневую или перловую кашу, одно крутое яйцо в день, обезжиренный творог, простоквашу, немного молока, нежирные овощные и фруктовые супы без крупы и мучных добавок, сырые и вареные овощи, кроме бобовых, которые можно употребить лишь взамен мяса или рыбы. В ежедневный рацион хотя бы частично должны входить животные белки. Рекомендуются сырые овощи и несладкие фрукты в большом количестве. Пища приготовляется почти без соли (5 г в день).

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 8

8—9 часов. 1 яйцо, сваренное вкрутую, винегрет с растительным маслом без картофеля, черный хлеб, 10 г масла.

12—13 часов. Вареное тощее мясо с рассыпчатой гречневой кашей или тушеными овощами без картофеля, черный хлеб, свежие фрукты или овощи.

16—17 часов. Суп с капустой или другими овощами (½ тарелки), поджаренное вареное мясо, квашеная капуста, хлеб, сырые фрукты или овощи.

19—20 часов. Вареная рыба с нежирным соусом, овощи тушеные или в виде запеканки, хлеб, фрукты.

22 часа. Простокваша.

ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 9 (ДИЕТА № 9)

Лечебный стол № 9 назначается болеющим экземой, крапивницей и другими аллергическими заболеваниями кожи. Очень ограничивается количество углеводов (сахар и крахмал).

Из рациона исключаются сахар, сладости, блюда из крупы, макарон, картофеля.

Разрешаются продукты и блюда только с небольшим количеством углеводов. Какие продукты и в каком количестве можно употреблять, устанавливает врач, наблюдающий за ходом болезни. За счет уменьшенного количества углеводов несколько увеличивают количество белков и жиров в рационе.

Вместо сахара дается сахарин. Рекомендуются безуглеводные овощи и несладкие фрукты. Надо часто принимать пищу и избегать тяжелой физической работы.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 9

Черного хлеба 250 г в день.

8—9 часов. 20 г масла, сыр или колбаса, чай с молоком.

11 часов. Творог со сметаной.

13—14 часов. Мясной овощной суп, вареное, жареное или тушеное мясо, желе с сахарином.

16 часов. 2 вареных яйца, 1 стакан молока.

19 часов. Жареная рыба с овощами, компот с сахарином.

22 часа. Простокваша.

ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 10 (ДИЕТА № 10)

Этот стол назначают при заболевании сердечно-сосудистой системы, при артериосклерозе и повышенном давлении крови (гипертонии).

Пища должна быть приготовлена без экстрактивных веществ, свойственных рыбе и мясу, а также без растительной клетчатки и поваренной соли. Рекомендуется пища, содержащая соли кальция и легкоперевариваемая, чтобы не перегрузить сердце.

Жидкость употреблять в количестве 0,5 литра в день.

Запрещается употреблять в пищу мясной и рыбный бульоны, острые и жирные соусы, жареное мясо и рыбу, жирные и соленые блюда, острые закуски и пряности, соль.

Разрешается кушать белый хлеб, нежирное, мягкое, хорошо сваренное или приготовленное на пару молотое мясо со сметанным соусом, овощные, фруктовые и молочные супы (изредка для разнообразия разрешается ввести в диету слабый бульон), вареные и сырые хорошо измельченные овощи, нежирные мучные блюда, творог, сметану, молоко (если от него не вздувается живот), масло, чай с молоком или со сливками, какао, фрукты и сырые или вареные ягоды, печеные или отваренные яблоки, кисель, желе, печенье. Витамины вводятся в виде сырых овощей, фруктов и их соков. Соль — по 5 г в день. Рекомендуется принимать пищу часто, в небольшом количестве.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 10

8—9 часов. Творог со сметаной, манная каша с молоком, хлеб, масло, чай с молоком.

12-13 часов. Запеканка из риса с яблоками, черносливом или вареньем, фруктовый сок.

16-17 часов. Суп из протертых овощей (½ тарелки), паровые котлеты с белым соусом и рисовой кашей или картофельным пюре, печеные яблоки.

19-20 часов. Запеканка из гречневой крупы с творогом, овощные котлеты, кисель.

22 часа. Простокваша, сухари.

На ночь ½ стакана сладкого фруктового сока.

ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 10-а (ДИЕТА № 10-а)

Это более строгая диета, чем № 10; по ней больной получает значительно меньше белков, жиров, углеводов, а тем самым и калорий. Уменьшено также и количество клетчатки и воды.

Исключается поваренная соль, экстрактивные вещества, а увеличивается количество солей калия и кальция.

Такая диета назначается больному на 1—3 дня, а по указанию врача — и на более продолжительное время. Ее цель увеличить мочеотделение и разгрузить сердце. Эту же диету иногда назначают при лечении ожирения.

Употребляются протертые супы из овощей и круп или фруктовые супы (не более ½ тарелки), мясо, отваренное целым куском или молотое паровое (60—80 г в день), свежий творог, одно яйцо всмятку в день, овощи только вареные и протертые, протертая молочная каша из крупы, чай с молоком, ½ стакана горячего молока, простая бессолевая булка (150—200 г в день), 40 г масла, 40 г сахара в день, протертые сырые и отваренные фрукты. Витамины вводятся в виде фруктовых соков.

Пищу рекомендуется принимать 6 раз в день небольшими порциями. Перед сном ½ стакана горячего молока или фруктового сока.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 10-а

8 часов. Манная каша с маслом, ½ стакана горячего молока, 10 г масла и 10 г сахара.

11 часов. Одно яйцо всмятку, пюре из отваренных сушеных слив.

14 часов. Фруктовый суп с рисом, паровая котлета, яблочное пюре.

16 часов. ½ стакана горячего сиропа из черной смородины.

19 часов. Отваренные макароны с маслом, печеные яблоки.

21 час. Фруктовый сок.

ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 11 (ДИЕТА № 11)

Это укрепляющий лечебный стол для болеющих малокровием, туберкулезом легких или костей. Назначение этой диеты — повысить сопротивляемость организма хронической инфекции. При этом вводится большое количество жиров, белков, витаминов, особенно витамина С.

Рекомендуется употреблять различные высококалорийные легкоперевариваемые блюда из мяса, рыбы, молока, овощей, супы, способные возбуждать аппетит, сырые овощи, фрукты. Количество соли нормальное. Следует вводить больше извести, которую организм получает из молочных продуктов, зелени и овощей.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ЛЕЧЕБНОГО СТОЛА № 11

9—10 часов. Творог со сметаной, молочная каша из крупы, хлеб, масло, колбаса или ветчина, чай.

12—13 часов. Жареное мясо с картофелем, овощами, разные овощные салаты, фруктовый сок, печенье.

16—17 часов. Рубленая или другая хорошо вымоченная селедка, овощной суп на мясном бульоне со сметаной, разное жареное мясо с овощным или крупяным гарниром, сладкие изделия из теста, фрукты, фруктовый сок.

19—20 часов. Паштет из печенки, рисовый пудинг, молоко.

22 часа. Простокваша.

ЛЕЧЕБНЫЙ СТОЛ № 15 (ДИЕТА № 15)

Лечебный стол № 15 обеспечивает нормальное питание. Он применяется во всех лечебных учреждениях и в санаториях перед выпиской бывших больных, переходящих на нормальное питание здоровых людей. Он также применим в семье. Пища должна содержать все необходимые для человеческого организма питательные вещества. Поэтому рекомендуется разнообразить пищу путем подбора продуктов и блюд.

Меню для диеты № 15 составляется, как и для диеты № 11, из разных продуктов.

СПЕЦИАЛЬНЫЕ РЕЖИМЫ ПИТАНИЯ

Кроме лечебных столов (диет), в диетическом питании практикуются специальные режимы питания, называемые разгрузочными, или контрастными, днями, так как обычно они назначаются на 1—2 дня. В эти дни больной другой пищи не получает. Например, для больных расстройством сердечной деятельности назначается контрастный молочный день. Рацион этого дня может составить: 600 г молока, 1 стакан воды и 20 г сахара; выпивают это в 5—6 приемов или через каждые 2 часа по 100 г молока, а на ночь — 20 г фруктового сока и 20 г сахара или глюкозы.

Больным, страдающим подагрой или ожирением (тучностью), дается 5—6 стаканов кипяченого молока в день, через каждые 2 часа по стакану.

Яблочный день назначается при поносах и острых колитах. 1,5 кг сырых спелых яблок надо очистить от кожуры, вынуть семенники, натереть и давать больному в течение дня через каждые 2—3 часа.

Сахарный день назначается больным с болезнью почек, печени и желчных протоков. Рацион этого дня — 5 стаканов горячего чая, из которых каждый подслащен 30—40 г сахара.

Огуречный день назначается при ожирении. Рацион: 15—20 свежих огурцов и 1—2 яйца.

Салатный день назначается больным с хроническим воспалением суставов, при ожирении, болезни почек, подагре, артериосклерозе.

Приготовляют салат из 1,2—1,5 кг свежих овощей и фруктов, добавляя немного сметаны или растительного масла. Кушать по 200—250 г 4—5 раз в день. Диета бессолевая.

Компотный день назначается для больных с заболеваниями сердца, печени и желчных протоков.

Приготовляют компот из 1,2 кг свежих или 200 г сушеных фруктов со 100 г сахара и питаются им 5—6 раз в день.

Кефирный день. 1—1½ литра кефира выпивают за 5 раз. Назначается при сердечных заболеваниях, подагре, ожирении и др.

В эти дни специального режима больной должен вести себя спокойно, не ходить много, не греться на солнце и не проводить никаких сеансов специального лечения.

Дни специального режима можно практиковать только по совету врача.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ДИЕТИЧЕСКОЙ ПИЩИ

Диетические блюда должны быть приготовлены соответственно лечению. Очень важно подобрать высококачественные продукты и приготовить их надлежащим образом. Вареные или жареные блюда нужно кушать сразу после приготовления.

Приготовление блюд для больных требует знания общих правил кулинарии, старания и сознательной работы. Это способствует сохранению полноценности пищи, а тем самым и здоровья питающихся.

Пищу, особенно для больных, надо стараться так приготовить и подать, чтобы она производила приятное впечатление на питающихся.

Существующее мнение о том, что в питании больного вкус пищи не играет роли, что больного лишь бы покормить, — неправильно. Невкусная и непривлекательно поданная пища портит аппетит и поэтому хуже переваривается и меньше усваивается. Невкусная пища не удовлетворяет больного, а это имеет отрицательное влияние не только на переваривание и усвоение пищи, но и на нервную систему больного и на само лечение. Приготовляя пищу для больного, надо учитывать его вкус, а блюда стараться разнообразить.

На рациональность питания оказывает влияние и окружающая обстановка, например красивая посуда, красиво уложенная на ней пища, чистое помещение, приятная, успокаивающая обстановка.

В некоторых случаях диетическая кулинария несколько отличается от обычной кулинарии, так как диетическое питание зачастую требует измельчения продуктов — употребляется молотое мясо, овощи. Пользуясь мясорубкой, надо следить за тем, чтобы ножи были острые и чтобы они мясо не мололи, а мелко резали, так как в таком мясе сохраняется весь сок. Для некоторых диет этого недостаточно: отваренное мясо еще протирают через сито, чтобы отделить жилы и пленки. Чтобы обеспечить большую питательность мяса и сделать его более рыхлым, добавляют взбитый яичный белок. Белок можно взбить вместе с мясом.

Нередко по диете (диеты №№ 1, 5, 7, 10) требуется исключение или хотя бы уменьшение количества экстрактивных (вкусовых и ароматических) веществ, особенно в блюдах из мяса,

рыбы, а иногда и овощей (лука, сельдерея, петрушки, укропа и др.). Для этого продукты отваривают в воде или на пару. В приготовленных на пару продуктах сохраняется больше экстрактивных веществ, чем в отваренных в воде. В мясе, отваренном одним куском, также сохраняется больше экстрактивных веществ и мясо более сочно, чем вареное молотое. Самое большое количество экстрактивных веществ сохраняется в жареном мясе, несколько меньше — в тушеном, а меньше всего — в вареном, так как при варке экстрактивные вещества переходят в бульон.

При заболевании брюшным тифом или после операции на пищеварительном тракте больные должны питаться полужидкой пищей, содержащей большое количество питательных веществ и имеющей хороший вкус, а именно — супами из протертых овощей, круп, которые иногда заправляют протертым мясом, маслом, яйцами.

Пище, приготовляемой без соли или с уменьшенным количеством ее, надо особенно стараться придать хороший вкус. Бессолевые блюда надо подкислить или подсластить (вместо уксуса употребляют лимонный сок).

В последнее время диетологическая наука рекомендует больным, которые долго придерживаются установленной диеты, иногда отступать от нее на день-другой, однако не перегружая при этом пищеварительного тракта слишком тяжелой пищей (копченой жирной свининой, гусиным, утиным мясом и т. п.).

Больным, страдающим сахарной болезнью (диабетикам), вместо сахара дается сахарин, а вместо муки — промытые отруби. В мешочек из двойной марли насыпают отруби и промывают в воде или держат под струей воды, чтобы из них вымылся крахмал. В котлеты вместо булки кладут творог, так как от этого они становятся более мягкими

ХОЛОДНЫЕ ДИЕТИЧЕСКИЕ БЛЮДА

Ниже будет упомянуто несколько блюд, которые могут быть использованы для некоторых лечебных столов к завтраку, обеду и ужину. При каждом блюде имеется указание диеты, для которой оно может быть использовано. Также дается перечень продуктов и количество, употребляемое на одного человека. Количество соли не указано — надо руководствоваться общими правилами употребления соли в лечебном питании, так как для некоторых столов (№№ 7, 10) пищу готовят почти совсем без соли, а для других (№ 3) — даже в повышенном количестве. Перец и другие острые пряности употребляются с учетом заболевания: при одних заболеваниях они совсем запрещены, при других разрешаются хотя бы в небольшом количестве.

928. МАСЛО СЕЛЕДОЧНОЕ (Для лечебных столов №№ 2,3,9,11,15)

25 г масла, 30 г сельди.

Хорошо вымоченную сельдь очистить от кожицы и костей, мелко разрубить или пропустить черев мясорубку и растереть с маслом.

Уложить красиво на тарелку и, при желании, украсить маслом.

929. СЕЛЬДЬ РУБЛЕНАЯ (Для лечебных столов №№ 2,3,9,11,15)

150 г сельди, 30 г булки, 10 г лука, 15 г масла. 30 г уксуса (3%), 25 г яблок.

Сельдь хорошо вымочить, очистить от кожицы и костей. Мякоть сельди вместе с поджаренным луком и вымоченной булкой разрубить или пропустить через мясорубку. Добавить натертое на терке яблоко, уксус по вкусу, тщательно перемешать, уложить на тарелку и украсить зеленью или рубленым сваренным вкрутую яйцом.

930. РЫБА ЗАЛИВНАЯ (Для лечебных столов №№ 2,3,9,11,15)

200 г щуки или судака, 3 г желатина, ¼ яйца, 5 г моркови.

Очищенную рыбу разрезать на куски. Из отходов рыбы сварить бульон и в нем отварить рыбу. Затем вынуть рыбу, в бульон положить замоченный набухший желатин, хорошо размешать, процедить сквозь двойную марлю и залить рыбу приготовленным желе. Рыбу можно уложить в форму или в миску. Дно формы украсить нарезанными крутыми яйцами, морковью, а в миске ими можно украсить куски рыбы сверху. Для украшения используются также ломтики лимона. Их заливают остывшим, процеженным бульоном, в котором варилась рыба, и дают застыть. Затем кладут куски рыбы, наливают бульона столько, чтобы он покрывал всю рыбу, и дают застыть.

Если рыбу застуживают в форме, то при подаче к столу ее опрокидывают на блюдо.

Если такая рыба предназначается также и для столов №№ 1, 5, 7, 10, то бульон варят не из отходов рыбы, а из небольшого количества овощей. В этом случае кладут больше желатина.

931. РЫБА ФАРШИРОВАННАЯ (Для лечебных столов №№ 2,3,9,11,15)

200 г щуки, 15 г черствой булки, 30 г моркови, 20 г лука, 10 г масла, 25 г молока.

Щуку очистить от чешуи и, не разрезая брюшка, снять с нее кожу (сделать надрез на коже вокруг головы и стянуть ее с рыбы). Вынуть кости, мякоть вместе с вымоченной в молоке и отжатой булкой пропустить через мясорубку или хорошо порубить. Можно вторично пропустить через мясорубку, затем добавить соль, массу хорошо растереть, нафаршировать ею рыбью кожу, пришить голову и сварить. В кастрюлю положить также кости от рыбы, морковь, лук, по вкусу соли, залить рыбным бульоном или водой и варить медленно в закрытой кастрюле. Сваренную рыбу охладить и нарезать на куски. Рыбу можно подавать со студнем, украсив каждый кусочек яйцом, морковью, ломтиками лимона.

Приготовленную таким образом рыбу можно подавать и в горячем виде, залитую маслом или томатным соусом (для столов №№ 3, 11, 15).

Гарниром может служить вареный картофель или пюре из него.

932. РЫБА ПОД МАЙОНЕЗОМ (Для лечебных столов №№ 3,9,11,15)

150—200 г рыбы, 30 г растительного масла, 70 г картофеля, 25 г моркови, 30 г огурцов, ½ яйца, 30 г помидоров, салат и зелень петрушки для украшения, 30 г майонеза.

Очищенную рыбу разрезать на куски и, отварив ее, охладить. Отдельно сварить морковь и картофель. Когда они остынут, очистить их и нарезать небольшими кубиками. Также нарезать и свежие огурцы. Приготовить майонез (984). Половину овощей всех видов положить в миску, залить майонезом, перемешать и положить на середину блюда. Сверху уложить куски рыбы и украсить майонезом, выжимая его из трубочки, сделанной из восковой бумаги. По краям блюда положить горками остальные овощи (не смешивая их), полить заправкой из небольшого количества уксуса, соли и растительного масла. Рыбу украсить крутыми яйцами, помидорами, зеленью.

933. СТУДЕНЬ (Для лечебных столов №№ 2,3,9,11,15)

300 г свиной головы и ног, 50 г говядины, 5 г лука, 1 г чеснока.

Голову и ноги опалить или ошпарить кипятком, хорошо промыть, разрубить и положить в кастрюлю вместе с говядиной и луком. Посолить и варить, пока не разварится мясо. Затем отделить мясо от костей. Мясо мелко порубить, залить процеженным бульоном, добавить чеснок, еще раз прокипятить, разлить в формы или миски и охладить.

При подаче к столу украсить зеленью, ломтиками лимона.

934. ХОЛОДНОЕ ВАРЕНОЕ МЯСО С ХРЕНОМ (Для лечебных столов №№ 3,9,11,15; без хрена и уксуса — для столов № № 2,5,7,10)

150 г говядины I или II сорта.

Для хрена: 15 г уксуса (10%), 25 г хрена, 2 г сахара.

Промытое мясо залить холодной водой, быстро вскипятить, а затем продолжать медленно варить. Когда мясо сварится, охладить его, нарезать ломтиками поперек волокон и украсить зеленью. Хрен подать отдельно.

935. КУРИЦА В СТУДНЕ (Для лечебных столов №№ 2,3,9,11,15; без соли — для столов № № 7,10)

150 г курятины, 3 г желатина, яйцо и зелень для украшения.

Сварить курицу, разрезанную на 4 части, и охладить в том же бульоне, в котором она варилась. Затем отделить мякоть от костей и разрезать ее на куски. Процедить бульон, добавить распущенный желатин и перемешать. Заправленным бульоном залить нарезанное и сложенное в блюдо мясо, украсить кружками крутого яйца, зеленью и дать застыть.

936. САЛАТ ИЗ ПТИЦЫ (Для лечебных столов №№ 3,11,15; без картофеля — для стола № 9)

150 г курятины, 70 г картофеля, 30 г свежих огурцов, 15 г салата, ломтик лимона.

Для майонеза: 1/3 яичного желтка, 20 г растительного масла, 10 г уксуса.

Сварить курицу, отделить мякоть от костей и нарезать тонкими кусочками. Из растительного масла, уксуса, яичных желтков приготовить майонез (984). Вареный картофель и огурцы нарезать тонкими ломтика ми, перемешать их с мясом и частью майонеза. Затем выложить в салатницу и залить сверху остальным майонезом. Украсить яйцами и зеленью.

937. ЯЙЦА С ОВОЩАМИ ПОД МАЙОНЕЗОМ (Для лечебных столов №№ 11,15; без картофеля — для стола № 9)

2 яйца, 40 г картофеля, 40 г огурцов, 10 г моркови, 25 г зеленого горошка или спаржевой фасоли.

Для майонеза: 20 г растительного масла, 1/3 яичного желтка, уксус по вкусу.

Вареные картофель и морковь нарезать кубиками, добавить, нарезанные таким же образом огурцы и все перемешать. Яйца сварить вкрутую. Из растительного масла, уксуса и яичного желтка приготовить майонез (984). Часть майонеза смешать с овощами. Затем положить овощи на середину тарелки, положить на них половинки крутых яиц, залить остальным майонезом и украсить зеленым горошком и зеленью петрушки.

938. ЯЙЦА, ФАРШИРОВАННЫЕ ИКРОЙ, ПОД МАЙОНЕЗОМ (Для лечебных столов №№ 3,9,11,15)

2 яйца, 30 г красной икры, 100 г помидоров.

Для майонеза: 20 г растительного масла, 1/3 яичного желтка, уксус по вкусу.

Яйца сварить вкрутую, разрезать их вдоль пополам, удалить желтки, яйца наполнить икрой. Затем положить на тарелку, обложить нарезанными кружками помидоров и залить майонезом (984). Украсить зеленью петрушки.

939. САЛАТ ИЗ РЕДИСА СО СМЕТАНОЙ (Для лечебных столов №№ 3,9,11,15)

200 г редиса, 30 г сметаны, 7 г укропа, 20 г зеленого лука.
Редис нарезать, залить сметаной и посыпать зеленью.

940. САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ СО СМЕТАНОЙ (Для лечебных столов №№ 3,9,11,15; без лука — для стола № 5; без соли — для стола № 7)

150 г свежих огурцов, 30 г сметаны, 20 г салата, 15 г зеленого лука.

Огурцы нарезать тонкими ломтиками, залить сметаной, обложить листьями салата и посыпать нарезанным зеленым луком.

941. САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ СО СМЕТАНОЙ (Для лечебных столов №№ 2,5,7,9,11,15)

150 г помидоров, 30 г сметаны.
Нарезать помидоры дольками и залить сметаной.

942. ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (Для лечебных столов №№ 3,11,15; без лука — для стола № 5; без соли — для стола № 7)

25 г свеклы, 50 г картофеля, 25 г огурцов, 25 г моркови, 25 г свежих помидоров, 30 г яблок, 15 г зеленого горошка, 20 г растительного масла или 30 г сметаны, 10 г лука, салат, соль.

Вареные свеклу, картофель и морковь нарезать в виде маленьких кубиков, добавить сваренный отдельно зеленый горошек, нарезанные помидоры, яблоки, огурцы и растительное масло или сметану. Добавить соль и лук, все перемешать, выложить в салатницу. Украсить листиками салата.

943. ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦАМИ (Для лечебных столов №№ 3,9,10,11,15)

150 г помидоров, 1 яйцо, 20 г молока, 5 г масла.

Для майонеза: 20 г растительного масла, 1/3 яичного желтка, уксус по вкусу.

Взять одинаковые по величине помидоры, срезать верхушки, удалить зернышки и сок.

Из яйца, молока и масла поджарить омлет. Начинить им помидоры, затем накрыть верхушками. Положить помидоры на тарелку и залить майонезом (984). Для разнообразия майонез можно окрасить свекольным соком в розовый цвет.

Для стола № 10 уменьшить количество соли или же готовить без соли.

944. КРЕМ ТВОРОЖНЫЙ (Для лечебных столов №№ 1,2,5,7,10,11,15)

100 г творога, 20 г масла, 25 г сахара, 1/5 яйца, 30 г молока, немного ванильного сахара, 5 г пшеничной муки, 20 г сметаны.

Из молока, муки, яйца и сахара приготовить соус следующим образом. Яичный желток растереть с сахаром и пшеничной мукой, залить кипящим молоком и, помешивая, подогревать (не давая закипеть) до загустения. Охладить массу, добавить в нее масло и хорошо растереть. Затем добавить протертый через сито творог, сметану, ванильный сахар снова растереть и выложить в салатницу. Сверху можно украсить из шприцевального мешка тем же самым кремом.

945. ТВОРОГ СО СМЕТАНОЙ (Для лечебных столов №№ 1,2,3,5,7,10,11,15; без сахара — для стола № 9)

100 г творога, 30 г сметаны, 10 г сахарной пудры, 0,01 г корицы.

Творог положить на тарелку, посыпать сахаром с корицей и залить сметаной. Сахар можно, кроме того, подать отдельно.

946. ВЗБИТАЯ СМЕТАНА (Для лечебных столов 1,2,5,7,10,11,15)

100 г сметаны, 20 г молока, сахарная пудра, ванильный сахар.

Сметану смешать с молоком и взбивать в холодном помещении или на льду. Во взбитую сметану добавить сахарную пудру и ванильный сахар.

СУПЫ

Супы обычно варятся на мясном, рыбном, костном, овощном или грибном бульоне. При варке мяса, рыбы или иного пищевого продукта в бульон переходят растворимые в воде экстрактивные вещества, минеральные соли и некоторые витамины. Питательных веществ в бульоне незначительное количество, но имеющиеся в нем экстрактивные вещества возбуждают аппетит и повышают секреторную деятельность желез, выделяющих пищеварительные соки.

Самые вкусные — это мясные бульоны. Они составляют основу разных супов, и их приходится варить чаще других бульонов.

Если больному разрешается употреблять в пищу растворимые в бульоне экстрактивные вещества, то супы готовятся на бульоне. Если же экстрактивные вещества больному запрещены, то супы варят не на бульоне, а на воде или на отваре овощей, круп или мучных изделий (соответственно диете). Суп готовят из расчета 500 г (глубокая тарелка) на одного человека. Количество соли для супов, как и для других блюд, не указано, так как это количество для разных столов различно.

947. БУЛЬОН МЯСНОЙ СЛАБЫЙ (Для лечебных столов №№ 2,9)

100 г костей, 20 г кореньев, 600 г воды.

Мелко разрубленные кости залить водой и дать быстро закипеть. Затем варить 4—5 часов на медленном огне. За час до окончания варки добавить морковь, лук, лук-порей, сельдерей. Сваренный бульон процедить и употреблять для разных супов.

948. БУЛЬОН ПРОЗРАЧНЫЙ КРЕПКИЙ (Для лечебных столов №№ 2,3,9,11,15)

100 г костей, 50 г говядины, 20 г кореньев, ¼ яичного белка, 600 г воды.

Мелко разрубленные кости залить холодной водой, дать быстро закипеть и, убавив огонь, варить 4—5 часов. Сваренный бульон осветлить следующим образом: взять мясной фарш, смешать с яичным белком и немного разбавить водой; затем, положить в все это в бульон, варить 1 час. Одновременно положить поджаренные без жира (но не подгорелые) морковь, лук-порей, сельдерей, петрушку. Сваренный бульон процедить сквозь тройную марлю. Подавать прозрачным с разными добавками: рисом, яйцами, клецками, макаронами, овощами и т. д.

949. БУЛЬОН С РИСОМ (Для лечебных столов №№ 2,11,15)

450 г крепкого прозрачного бульона, 40 г риса. Бульон сварить, как было указано (948).

Отварить рис в большом количестве воды. Воду слить, рис промыть кипяченой водой и дать ей стечь. Подавая к столу, рис положить в тарелку и залить бульоном.

950. БУЛЬОН С ОМЛЕТОМ (Для лечебных столов №№ 2,9,11,15)

450 г крепкого бульона, 1 яйцо, 25 г молока, 5 г масла.

Бульон приготовить, как было указано (948).

Яйца смешать с молоком, вылить в смазанную маслом кастрюльку, закрыть и сжарить омлет. Затем, обрезав омлет по краям, осторожно вынуть его, нарезать небольшими кусками, положить в тарелку и залить бульоном.

951. БУЛЬОН С ЯЙЦАМИ (Для лечебных столов №№ 2,9,11,15)

450 г крепкого бульона, 1 яйцо.

Яйцо взбить и, помешивая, вылить через сито в кипящий бульон.

952. РАССОЛЬНИК С ПОЧКАМИ (Для лечебных столов №№ 3,11,15; протертый — для лечебного стола № 2)

200 г слабого бульона, 25 г лука, 10 г масла, 20 г моркови, 20 г кореньев, 100 г соленых огурцов, 70 г картофеля, 60 г почек, 20 г перловой крупы, 30 г сметаны.

Разрезать морковь на небольшие продолговатые куски, а лук на ломтики и тушить с жиром. Огурцы очистить от кожуры, нарезать тонкими ломтиками и, налив немного бульона, немного поварить. В остальном бульоне сварить крупу с картофелем, положить туда же отваренные огурцы, тушеную морковь с кореньями и сваренные отдельно почки, разрезанные на тонкие кусочки. Супу дать закипеть и забелить сметаной.

953. СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ (Для лечебных столов №№ 11,15; протертый — для лечебного стола № 2)

250 г бульона, 15 г масла, 25 г лука, 40 г моркови, 125 г капусты, 80 г картофеля, 50 г помидоров, 75 г мяса, 30 г сметаны, зелень петрушки.

Мелко нарезанный лук поджарить на масле, добавить нарезанную ломтиками морковь и тушить. Капусту с картофелем нарезать мелкими кубиками и положить в кипящий бульон, туда же положить тушеные овощи и варить до готовности. В сваренный суп положить нарезанные дольками помидоры.

При подаче к столу в суп положить сваренное мясо, сметану и мелко нарезанную зелень петрушки.

954. БОРЩ УКРАИНСКИЙ ПРОТЕРТЫЙ (Для лечебных столов №№ 2,11,15)

200 г слабого бульона, 10 г масла, 20 г моркови, 10 г томатного пюре, 100 г свеклы, 20 г лука, 100 г капусты, 50 г мяса, 70 г картофеля, 3 г сахара, 3 г муки, 30 г сметаны, перец, лавровый лист,

Нарезанные морковь и свеклу положить в кастрюльку, добавить снятый с поверхности бульона жир или масло, томатное пюре, соль и тушить в закрытой кастрюле до тех пор, пока овощи не станут мягкими. Лук поджарить с маслом и, перемешав с тушеными овощами, залить бульоном, добавить мелко нарезанные капусту, картофель, лавровый лист, несколько горошин перца. Борщ варить до размягчения овощей. Этот борщ для лечебного стола №2 нужно протереть через сито. Заправить поджаренной на масле мукой, сахаром, солью по вкусу и дать еще раз закипеть. Сметану и разрезанное на кусочки вареное мясо кладут в тарелку или в суповую миску.

955. СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (Для лечебных столов №№ 11,15; протертый — для стола № 2)

350 г бульона, 10 г масла, 75 г мяса, 200 г картофеля, ½ яйца, 20 г лука, зелень петрушки.

Мясо пропустить через мясорубку, добавить 10 г лука, яйцо, соль и хорошо перемешать. Скатать из мяса круглые фрикадельки и сварить их в бульоне. Остальной бульон вскипятить, положить в него картофель, мелко нарезанный и поджаренный на масле лук. Когда суп сварится, положить в него мясные фрикадельки и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

956. СУП РЫБНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ (Для лечебных столов №№ 3,11,15; протертый — для стола № 2)

250 г рыбного бульона, 20 г лука, 100 г рыбы, 10 г булки, 15 г молока, 5 г яйца (лучше белка), 200 г картофеля, 30 г сметаны, 5 г масла, зелень петрушки.

Из отходов рыбы сварить бульон. Лук поджарить с маслом, развести рыбным бульоном, добавить нарезанный картофель и сварить. Рыбу пропустить через мясорубку, добавить вымоченную в молоке булку, яйцо, соль и хорошо растереть.

Сделать из рыбы фрикадельки (или спустить массу в суп ложечкой) и сварить их отдельно в бульоне.

Положить фрикадельки в приготовленный суп, забелить его сметаной и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

957. СУП-ПЮРЕ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ (Для лечебных столов № № 2,11,15; без бульона (на воде) — для стола № 5; без бульона и соли — для стола № 7)

300 г бульона, 300 г цветной капусты, 15 г масла, 5 г муки, 5 г яичного желтка, 50 г сливок, 30 г булки.

Очищенную цветную капусту сварить в небольшом количестве бульона и вместе с бульоном протереть через сито. Муку поджарить с половиной указанного в рецептуре количества масла, разбавить бульоном, положить в протертую цветную капусту. Добавить остальной бульон, прокипятить один раз вместе и заправить сливками, смешанными с яичным желтком и остальным маслом.

Затем суп довести снова до кипения (не дать закипеть).

Булку нарезать кубиками, подсушить и подать на тарелочке отдельно или всыпать в суп перед самой подачей на стол, чтобы сухарики не размякли.

Так же варят и морковный, картофельный, фасолевый, гороховый супы.

958. СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (Для лечебных столов №№ 2,11,15)

300 г бульона, 30 г моркови, 10 г кореньев (петрушка, сельдерей), 40 г капусты, 100 г картофеля, 20 г лука, 20 г зеленого горошка, 15 г риса, 50 г сливок, 5 г яичного желтка, 15 г масла, 30 г булки.

Поджарить лук с небольшим количеством масла, добавить нарезанные овощи, залить бульоном и тушить, пока овощи не станут мягкими. Затем протереть через сито.

Отдельно сварить в бульоне рис, также протереть его через сито и смешать с протертыми овощами. Разбавить остальным бульоном, заправить сливками с яичным желтком, подогреть, положить остальное масло и подать к столу с белыми сухарями. Сухари подают отдельно или кладут в суп перед самой едой.

959. СУП-ПЮРЕ ИЗ ПЕЧЕНКИ (Для лечебных столов №№ 2,11,15)

350 г бульона, 100 г печенки, 15 г масла, 15 г лука, 15 г моркови, 10 г кореньев (петрушка, сельдерей), 50 г молока или сливок, 5 г яичного желтка, 5 г муки, 30 г булки.

Нарезанный лук поджарить в масле, добавить нарезанную печенку, морковь, коренья, залить бульоном и тушить, пока печенка не станет мягкой. Тогда пропустить все через мясорубку и протереть через сито. Затем добавить поджаренную на масле муку, суп вскипятить и забелить сливками или молоком, смешанным с яичным желтком. Белые сухари подать отдельно или положить в суп перед самой подачей на стол.

960. БОРЩ БЕЗ МЯСА (НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ) (Для лечебных столов №№ 3,11,15; без лука и томатного пюре — для стола № 5; без соли—для столов № № 7,10)

100 г свеклы, 100 г капусты, 100 г картофеля, 20 г моркови, 10 г кореньев (петрушка, сельдерей), 15 г лука, 5 г томатного пюре, 3 г муки, 3 г сахара, 30 г сметаны, 5 г масла.

Для этого супа вместо мясного бульона берется овощной бульон, приготовленный из овощей: ботвы капусты, моркови, кореньев. Варить их один час, затем процедить отвар и использовать его для приготовления борщей или других овощных супов.

Свеклу, лук и морковь разрезать на мелкие продолговатые кусочки, положить в кастрюлю, добавить жир, муку, томатное пюре, немного соли, овощной бульон и, закрыв крышкой, тушить, пока овощи не станут мягкими. В отцеженном овощном бульоне сварить капусту, разрезанную на мелкие продолговатые кусочки, и картофель, нарезанный дольками. Затем добавить тушеные овощи, еще раз вскипятить, добавить сахар и соль. При подаче к столу забелить сметаной.

961. СУП СЛИЗИСТЫЙ С КРУПОЙ (Для лечебного стола № 4)

40 г крупы (перловой, ячневой, риса и др.), 5—10 г масла, 200 г бульона, 400 г воды.

Крупу (кроме манной) промыть, залить холодной водой и дать набухнуть в течение 1—2 часов. Варить на слабом огне 2—3 часа в той же самой воде, в которой была замочена крупа. Затем процедить, еще раз прокипятить отвар, разбавить бульоном и слегка посолить. Масло положить в тарелку перед подачей на стол.

962. СУП-КРЕМ МОЛОЧНЫЙ ИЗ ОВСЯНКИ (Для лечебных столов № № 1,2,5,7,10,10-а,11,15)

40 г крупы, 70—100 г сливок или молока, 1/3 яйца, 10 г масла, 400 г воды.

Крупу сварить в воде, протереть через сито, дать снова закипеть и добавить молоко или сливки, смешанные с яйцом. Перед подачей на стол положить в тарелку масло.

Так же варят супы из других круп.

963. СУП МОЛОЧНЫЙ с рисом (Для лечебных столов №№ 5,7,10,11,15; протертый — для стола № 1)

350 г молока, 35 г риса, 10 г сахара, 10 г масла, 150 г воды, немного соли.

Рис промыть, варить до неполной готовности на воде, затем влить, молоко и доварить. При подаче положить сахар и масло.

964. СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ (МОЛОЧНЫЙ) (Для лечебных столов 1,5,7,10,11,15)

150 г картофеля, 10 г манной крупы, 300 г молока, 10 г масла, 100 г воды.

Очищенный и нарезанный картофель сварить в воде. Протереть вместе с водой через сито. Вскипятить молоко, всыпать манную крупу, варить 10 минут, добавить протертый картофель, еще раз прокипятить и заправить маслом.

965. СУП МОЛОЧНЫЙ С СУХАРЯМИ (Для лечебных столов №№ 1,5,7,10,11,15)

400 г молока, 50 г сухарей, 10 г сахара, 1/3 яичного желтка, 5 г масла, 1 г ванили или ванильный сахар, 50 г воды.

Вскипятить молоко с водой, растолочь белые сухари и всыпать их в кипящее молоко. Сняв молоко с огня, добавить в него растертый с сахаром желток и ванильный сахар или палочку ванили (палочку ванили надо сварить вместе с молоком).

Перед подачей на стол добавить масло.

966. СУП ИЗ СУХОФРУКТОВ С РИСОМ (Для лечебных столов №№ 5,7,10,11,15; протертый — для столов №№ 1,2)

100 г сухофруктов, 450 г воды, 10 г риса, 20 г сахара.

Сухофрукты промыть и замочить в теплой воде. Затем вскипятить их в той же воде, добавить сахар и оставить на час в хорошо закрытой кастрюле.

Отдельно сварить рис в таком количестве воды, чтобы рис мог свободно вариться. Когда рис сварится, сцедить воду. Рис промыть холодной кипяченой водой и положить во фруктовый суп.

967. СУП ИЗ ЧЕРНИКИ СО СЛИВКАМИ (Для лечебных столов №№ 1,2,5,7,10,15; без сливок — для стола № 4)

100 г свежей черники, 5 г картофельного крахмала, 20 г сахара, 50 г оливок, 450 г воды.

Чернику промыть, залить горячей водой и варить в закрытой кастрюле 20—30 минут. Затем процедить отвар через сито, добавить сахар, картофельный крахмал (разведенный остуженным черничным отваром) и еще раз прокипятить. Снять с огня и охладить. Перед подачей на стол заправить сливками.

968. БОРЩ ХОЛОДНЫЙ (Для лечебных столов №№ 3,5,10,11,15; без соли. зеленого лука и укропа — для стола № 7)

250 г простокваши, 100 г свеклы, 100 г огурцов, 25 г зеленого лука, 5 г укропа, ½ яйца, 30 г сметаны, 100 г воды.

Сваренную свеклу разрезать на мелкие продолговатые кусочки, огурцы очистить и нарезать тонкими ломтиками или маленькими кубиками. Взбить веничком простоквашу (прибавив соли), чтобы в ней не осталось крупинок, затем положить сваренную свеклу или (ранней весной) ботву, которую можно класть вместе с отваром, и огурцы. Долить кипяченой воды и всыпать мелко нарезанный и натертый солью зеленый лук и укроп.

Перед подачей на стол положить в тарелку или в суповую миску крутое яйцо, разрезанное на 4 части. Забелить сметаной. К холодному борщу подается отдельно вареный картофель.

ВТОРЫЕ (ГОРЯЧИЕ) БЛЮДА

Вторыми называются горячие блюда, которые подаются к обеду, ужину, а иногда и к завтраку.

Вторые блюда могут быть из рыбы, мяса, овощей, круп, яиц или мучных изделий. К мясным и рыбным блюдам подаются гарнир и соус. Их желательно подавать отдельно, но можно подать и на той же тарелке.

969. КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ (Для лечебных столов №№ 1,5,7,10)

200 г судака или щуки, 20 г булки, 25 г молока, 5 г масла.

С очищенной рыбы снять кожу, выбрать кости, а мякоть пропустить через мясорубку. Добавить вымоченную в молоке булку, еще раз перемолоть, влить остальное молоко, растопленное масло, посолить и хорошо перемешать, сделать котлеты и уложить их на решетчатую крышку парового горшка (в нижний горшок налить воды). Поставив горшок на огонь, варить 15 минут. При отсутствии парового горшка котлеты можно положить в сито, опущенное в горшок, в который налито немного горячей воды и, накрыв его крышкой, тушить котлеты на пару. Подать с маслом или с белым соусом (972).

Для лечебных столов №№ 7 и 10 готовить без соли.

970. ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ (Для лечебных столов №№ 1,5,7,10,15.

Для стола вместо булки добавить 20 г рисовой каши, сваренной на воде)

200 г свежего судака, 10 г булки, 30 г сливок или молока, 15 г масла.

Очищенную от костей рыбу вместе с вымоченной в молоке или сливках булкой пропустить 2 раза через мясорубку, добавить растопленное масло и хорошо растереть. Положив массу в шприцевальный мешок или в трубочку из восковой бумаги, выжимать небольшие галочки на смазанную маслом сковородку. Рыбную массу можно класть на сковородку двумя ложками (как клецки). Уложенные фрикадельки залить холодной водой, дать закипеть и после этого варить еще 5 минут. Затем выбрать фрикадельки из воды, полить растопленным маслом и подать с картофельным пюре.

971. РЫБА ОТВАРНАЯ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ (Для лечебных столов №№ 1,2,5,7,10,11,15)

250 г свежего судака, 5 г муки, 20 г масла, 50 г молока, ½ яйца, немного кореньев, соли.

Рыбу очистить, разрезать на куски и, выбрав кости, отварить ее в воде с кореньями. Вынутую из воды рыбу залить молочным соусом с маслом и яйцами.

Соус приготовить следующим образом: в кипящее молоко вложить разведенную холодным молоком муку и, помешивая как кисель, довести до кипения. Добавить рубленое крутое яйцо, масло, соль и залить рыбу. Подать с картофельным пюре (для столов №№ 1,2) или с отварным картофелем.

972. РЫБА ОТВАРНАЯ С БЕЛЫМ СОУСОМ (Для лечебных столов №№ 2,3,11,15)

Для соуса: 100 г бульона из отходов рыбы, 10 г масла, 5 г муки, 10 г кореньев, 5 г лука.

Сварить рыбу так же, как указано в рецептуре 971.

Мелко разрезанный лук и коренья тушить с маслом, посыпать мукой, еще поджарить, разбавить рыбным бульоном и варить на легком огне 1 час. Затем процедить, заправить маслом и залить этим соусом вареную рыбу.

Для столов №№ 11, 15 белый соус можно заправить белым вином (10 г) и несколькими каплями лимонного сока, добавляемыми к соусу в конце варки.

Этот соус можно также заправлять яичным желтком.

973. БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (ТЕФТЕЛИ) (Для лечебных столов №№ 1,4,5,7,10)

150 г говядины, 3 г черствой булки, 15 г масла.

Взять мясо без жил, пропустить через мясорубку, добавить вымоченную в воде булку, еще раз перемолоть мясорубкой, добавить воды, чтобы масса не была крутой, и посолить. Для улучшения вкуса можно положить пареный лук, а вместо воды влить молоко. Массу хорошо растереть и сделать по 2 биточка на человека. Варить на пару.

При подаче залить растопленным маслом или белым сметанным соусом.

974. БИТОЧКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В СМЕТАНЕ (Для лечебных столов №№ 2,5,11,15; без сыра — для столов №№ 7,10)

150 г говядины, 30 г черствой булки, 5 г муки, 15 г мама, 25 г сметаны, 5 г голландского или швейцарского сыра, 50 г бульона.

Свежее без жил мясо пропустить через мясорубку, добавить вымоченную булку, вторично перемолоть и растереть. Из полученной массы разделать биточки, положить на смазанную маслом сковороду, залить сметанным соусом, приготовленным из муки, масла, бульона и сметаны, посыпать сыром, взбрызнуть маслом и запекать в духовке.

Подать с картофельным пюре или с отварным картофелем.

975. БИТОЧКИ КУРИНЫЕ ПАРОВЫЕ (Для лечебных столов №№ 1,5,7,7-б,10,15; без молока — для стола № 4)

250 г курятины, 20 г черствой булки, 25 г молока, 15 г масла.

Снятое с костей мясо пропустить через мясорубку, добавить вымоченную в молоке булку, еще раз перемолоть, положить немного масла, хорошо перемешать и разделать биточки. Варить на пару.

Подать их с гарниром, политым маслом.

976. КУРЯТИНА ВАРЕНАЯ С РИСОМ ПОД БЕЛЫМ СОУСОМ (Для лечебных столов №№ 1,2,5,7,10,11,15)

250 г курятины, 5 г муки, ¼ яичного желтка, 250 г сливок или сметаны, 1/10 лимона, 15 г масла, 50 г бульона, 50 г риса.

Очищенную курицу разрезать пополам, сварить, разрезать на куски. Положить на тарелку, обложить рассыпчатой рисовой кашей и все залить белым соусом. Соус № 972, только вместо рыбного берется куриный бульон; для стола № 1 соус приготовляется на воде.

977. БИФШТЕКС ПАРОВОЙ (Для лечебных столов №№ 1,5,7,10,11,15)

200 г говядины, 15 г масла, 1/10 лимона, зелень петрушки.

Очищенное мясо разрезать на нетолстые куски, отбить тяпкой и варить на пару до размягчения. Перед подачей к столу на каждый бифштекс положить ломтик лимона, украшенный кружочком масла. Масло предварительно растереть с мелко нарубленной зеленью петрушки. Гарнир — овощная каша.

978. ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (Для лечебных столов №№ 2,3,11,15)

200 г говядины, 5 г муки, 15 г масла, 30 г сметаны, 75 г бульона, 5 г сыра, 200 г картофеля.

Сварить мясо. Из муки, масла, бульона и сметаны приготовить соус. Часть соуса вылить на дно посуды для запеканки, положить туда разрезанное на куски вареное мясо и обложить ломтиками картофеля. Все это залить остальным соусом, посыпать натертым сыром, сбрызнуть маслом и запекать, пока не зарумянится верх. К столу подать в той же посуде, в которой мясо запекалось.

979. БЕФ-СТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (Для лечебных столов №№ 1,5,7,10,11,15)

200 г говядины, 10 г масла, 40 г сметаны, 50 г моркови.

Отваренную нежирную говядину охладить и нарезать продолговатыми тонкими ломтиками. Положить в горшок, залить водой и, добавив сваренную и протертую через сито морковь, тушить 10 минут. Затем добавить сметану, масло и подогреть.

Подается с овощной или рисовой кашей.

980. ЗАПЕКАНКА ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА С РИСОМ (Для лечебных столов №№ 1,2,4,5,7,7-б,10,11)

130 г говядины, 20 г риса, 15 г масла, ½ яйца.

Сварить отдельно нежирную говядину и рис. Пропустить все 2—3 раза через мясорубку. Добавить яичный желток, немного масла, ввести взбитый белок и перемешать. Выложить в посуду для запеканки, накрыть и запекать.

К столу подается с маслом или с белым соусом (972).

981. МЯСО ОТВАРНОЕ ПРОТЕРТОЕ (Для лечебных столов №№ 1,5,7,7-б,10,11,15; без молока — для стола № 4)

200 г говядины.

Для соуса: 15 г масла, 5 г муки, 75 г молока.

Сварить нежирное мясо без жил, 2 раза пропустить через мясорубку, прибавить немного густого белого соуса (972), хорошо перемешать и подать с овощным пюре. Сверху полить немного маслом.

982. СОУС ЯИЧНО-МАСЛЯНЫЙ (Для лечебных столов №№ 2,3,9,11,15)

30 г масла, 1 яичный желток, ¼ лимона.

Распустить масло, положить в него желток и, поставив посуду в горячую воду, взбивать его. Когда соус сгустится, снять с плиты, добавить соль и лимонный сок.

Соус подается к вареной рыбе.

983. СОУС ТОМАТНЫЙ (Для лечебных столов №№ 2,11,15)

100 г рыбного бульона из отходов рыбы, 5 г муки, 10 г масла, 20 г моркови и кореньев, 5 г лука, 25 г томатного пюре.

Нарезанные лук, морковь и коренья обжарить на масле, добавить поджаренную отдельно на масле муку с томатным пюре. Разбавить все это рыбным бульоном, варить 30—40 минут, процедить, снова вскипятить и заправить маслом.

Подается к вареной рыбе.

984. МАЙОНЕЗ (Для лечебных столов №№ 3,9,11,15)

30 г растительного масла, 5 г яичного желтка, 2 г приготовленной горчицы, уксус по вкусу, соль.

Яичный желток растереть с горчицей, всыпать соль. Одной рукой растирая, другой рукой очень медленно вливать растительное масло (сначала каплями, а потом нитевидной струйкой). Когда смесь начнет густеть, прибавить уксус и продолжать вливать в соус растительное масло, не переставая равномерно растирать. Затем придать майонезу надлежащий вкус.

Майонез приготовляется из продуктов комнатной температуры.

Подается к холодным рыбным, мясным и овощным блюдам.

985. СОУС СМЕТАННЫЙ (Для лечебных столов №№ 1,2,7,9,11,15)

50 г сметаны, 10 г муки, немного соли.

Муку подсушить на сковороде, добавить сметану и, помешивая, довести до кипения. Немного посолить.

986. СОУС МОЛОЧНЫЙ С ВАНИЛЬЮ (Для лечебных столов №№ 1,2,5,7,10,11,15)

100 г молока, ¼ яйца, 15 г сахара, ваниль.

Вскипятить молоко с ванилью, заварить им растертое с сахаром яйцо и продолжать подогревать, но не дать закипеть.

Подается к блюдам из фруктов и из круп.

987. ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ (Для лечебных столов №№ 1,2,4,5,7,7-б,10,11,15)

150 г творога, 20 г молока, ½ яйца, 10 г манной крупы, 15 г сахара, 10 г масла, 30 г сметаны.

Манную крупу всыпать в молоко. Творог протереть через сито, добавить разбухшую в молоке манную крупу, растертый с сахаром яичный желток, ввести взбитый яичный белок и осторожно перемешать. Массу выложить в посуду для пудинга, накрыть ее и варить 1 час, поставив посуду в кипящую воду, или же выложить массу в посуду для запеканки и запекать в духовке.

Подать с маслом, сметаной или фруктовым киселем.

988. КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ (Для лечебных столов №№ 1,2,5,7,7-б,10,11,15)

50 г крупы, 10 г масла, 150 г молока, 5 г сахара,100 г воды.

В кипящее молоко с водой, помешивая, всыпать манную крупу. Варить 10 минут и добавить сахар. Перед подачей на стол положить масло.

989. КАША МАННАЯ НА БУЛЬОНЕ (Для лечебных столов №№ 2,4,11,15)

200 г бульона, 40 г крупы, 10 г масла.

Бульон вскипятить. Помешивая, всыпать в бульон крупу и варить 10 минут. Перед подачей на стол добавить масло.

990. РИС С ФРУКТАМИ (Для лечебных столов №№ 5,7,10,11,15)

50 г риса, 50 г яблок, 25 г сушеных слив, 25 г изюма, 10 г сахара, 15 г масла, 100 г воды.

Промытый рис всыпать в кипящую воду и прокипятить. Затем, сняв с огня, варить при слабом кипении в закрытом горшке, пока рис не разбухнет и станет мягким. Тогда добавить в него сахар, масло, мелко нарезанные яблоки, изюм и сливы. Продолжать варить в закрытом горшке, пока не сварятся фрукты.

991. КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (Для лечебных столов №№ 3,5,7,8,10,11,15)

75 г гречневой крупы, 120 г воды, 20 г масла.

Крупу поджарить до румяности. Еще горячую крупу всыпать в кипящую воду, добавить немного масла и варить до загустения. Затем в горшке поставить ее в духовку и от времени до времени осторожно перемешивать. Держать в духовке, пока крупа не станет рассыпчатой и мягкой.

При подаче полить растопленным маслом.

992. КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАЗВАРЕННАЯ (Для лечебных столов №№ 1,2,5,7,10,11,15)

50 г гречневой крупы, 150 г воды, 15 г масла.

Промытую крупу всыпать в кипящую воду и сварить на медленном огне. Подать с маслом.

993. КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ (Для лечебных столов № № 2,3,10,11,15)

200 г моркови, 30 г молока, 15 г манной крупы, 5 г сахара, ½ яйца, 20 г масла, 15 г сухарей.

Морковь очистить и натереть на картофельной терке. Затем положить в горшок, залить молоком, добавить немного воды и, накрыв, тушить, пока морковь не станет мягкой. Тогда всыпать манную крупу, сахар и добавить яйцо. Из полученной массы сделать котлеты, посыпать сухарями и обжарить с обеих сторон.

При подаче полить маслом.

СЛАДКИЕ БЛЮДА

994. РИС С ГРУШАМИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (Для лечебных столов №№ 5,7,10,11,15; без изюма и миндаля — для столов №№ 1,2)

150 г груш, 20 г риса, 100 г молока, ½ яйца, 25 г сахара, 10 г изюма, 10 г миндаля, ваниль.

Груши очистить от кожуры и вынуть семенники. Сварить груши в сиропе. Из риса и половины молока, добавив немного сахара, сварить кашу и положить в нее изюм. Кашу перемешать и разложить в формочки. Остальной сахар растереть с яйцом, залить его вскипяченным с ванилью молоком и подогревать до загустения, но не дать закипеть. При подаче к столу кашу опрокинуть из формочек, на каждую порцию положить по вареной груше черенком вверх, залить соусом и посыпать нарезанным и обжаренным миндалем.

995. МУСС ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (Для лечебных столов №№ 1,2,3,5,7,7-б,10,11,15)

100 г яблок, 5 г желатина, 35 г сахара, 50 г воды, ванильный сахар.

Яблоки очистить и натереть. Их отходы сварить в воде и процедить. Положить в отвар сахар и желатин; подогревать, помешивая, пока они не растворятся. В остуженную массу положить натертые яблоки, ванильный сахар и в холодном месте взбивать до образования пены. Затем выложить в формы и дать застыть в холодном помещении.

Перед подачей на стол мусс опрокинуть из формы.

996. МУСС ИЗ МАННОЙ КРУПЫ (Для лечебных столов №№ 2,3,5,7,10,11,15)

50 г яблочного или абрикосового повидла, 40 г сахара, 25 г манной крупы, 150 г воды.

Воду вскипятить, положить в нее яблочное повидло и сахар, всыпать манную крупу и варить 10 минут. Охладив, взбивать до образования пышной белой массы.

997. КИСЕЛЬ ЯГОДНЫЙ ИЛИ ФРУКТОВЫЙ (Для лечебных столов 1,2,5,7,7-б,10,15)

50 г свеж их фруктов или ягод или же 15 г сухофруктов, 20 г сахара, 8 г картофельного крахмала.

Сухофрукты промыть, замочить и сварить в той же воде, в которой они мокли. Затем отцедить отвар и добавить в него сахар. Крахмал, разведенный остывшим фруктовым отваром, влить в горячий отвар и подогревать до загустения.

При приготовлении киселя из свежих ягод их надо растереть и отцедить сок сквозь марлю. Отжимки поварить в воде, процедить и сварить из отвара кисель так же, как из сухофруктов. Когда сваренный кисель остынет, влить в него отцеженный ягодный сок.

998. ЖЕЛЕ ИЗ ФРУКТОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО СОКА (Для лечебных столов №№ 1,2,5,7,7-б,10,15)

75 г фруктового или ягодного сока, 75 г кипяченой воды, 5 г желатина, 40 г сахара.

Желатин замочить в воде, отжать, залить указанным в рецептуре количеством воды и, помешивая, подогревать, пока он не разойдется. Затем смешать его с соком, добавить сахар и охладить в форме.

При подаче к столу опрокинуть из формы.

999. КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ С ВИШНЕВЫМ СОКОМ (Для лечебных столов №№ 1,3,5,7,10,11,15)

150 г молока, 30 г крахмала, кусочек палочки ванили, 25 г сахара.

Для поливки: 50 г вишневого сока, 50 г кипяченой воды, 25 г сахара.

Молоко вскипятить с ванилью, влить разведенный водой крахмал и вскипятить. Затем добавить сахар, размешать, кисель охладить. Отдельно подать разбавленный подслащенный вишневый или другой ягодный сок.

1000. ЖЕЛЕ МОЛОЧНОЕ (Для лечебных столов №№ 1,3,5,7,10,11,15)

100 г молока, 20 г сахара, 5 г желатина, ваниль или 3 г какао.

Вскипятить молоко с ванилью или какао, добавить сахар, замоченный и отжатый желатин и размешать, чтобы желатин разошелся. Затем охладить, изредка помешивая, чтобы какао не осело на дно. Можно подать с ванильным или фруктовым соусом.